

DE LA DÉCORATION HUMAINE

HYGIÈNE

DE LA BEAUTÉ

PAR

LE DOCTEUR ALPHÉE CAZENAVE

Ancien médecin de l'Hôpital Saint - Louis,
Professeur agrégé de la Faculté de Médecine de Paris,
Médecin de l'École centrale des Arts,
Lauréat de l'Institut,
Membre de l'Académie de Turin, etc., etc.
CHEVALIER DE LA LÉGION D'HONNEUR

Le beau s'adresse à l'âme,
Le joli s'adresse au goût.

PARIS
PAUL DAFFIS, LIBRAIRE-ÉDITEUR
RUE DES BEAUX-ARTS, 9

1867.

DE LA

DÉCORATION HUMAINE

Sous presse

POUR PARAITRE EN NOVEMBRE.

—

MALADIES DE LA PEAU.

PATHOLOGIE GÉNÉRALE.

1 vol. in-8°.

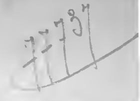
—

COMPENDIUM

DES

MALADIES DE LA PEAU, ETC.

Par fascicules de 2 feuilles grand in-8°.



DE LA

DÉCORATION HUMAINE

HYGIÈNE

DE LA BEAUTÉ

PAR

LE DOCTEUR ALPHÉE CAZENAVE

Ancien médecin de l'Hôpital Saint-Louis,
Professeur agrégé de la Faculté de Médecine de Paris,
Médecin de l'École centrale des Arts,
Lauréat de l'Institut,
Membre de l'Académie de Turin, etc., etc.
CHEVALIER DE LA LÉGION D'HONNEUR



Le beau s'adresse à l'âme,
Le joli s'adresse au goût.

PARIS
PAUL DAFFIS, LIBRAIRE-ÉDITEUR
RUE DES BEAUX-ARTS, 9

1867

PRÉFACE.

J'ai besoin d'expliquer, avant tout, la raison qui m'a fait choisir le titre de ce livre, malgré plusieurs avis contraires. Je sais bien que *Décor,* bien qu'il vienne de *Decus,* qui signifie en latin *beauté, ornement,* n'a plus le même sens dans notre langue ; je sais bien que, par conséquent, *Décoration* n'est pas non plus la traduction de *Decoratio,* qui, chez les Latins, avait une signification toute spéciale, que ne saurait rendre complétement le mot équivalent *Décoration.* — Fallope le définissait : « La conservation ou le rétablissement de la beauté naturelle. » Or, comme c'était l'idée de ce livre, et comme je n'ai pu trouver dans notre langue une dénomination qui la rendît aussi exactement, j'ai cru devoir l'adopter dans ce sens, en la francisant pour ainsi dire, au moins dans cette acception. Si c'est un tort, je le confesse, en trouvant mon excuse dans l'im-

possibilité, dans laquelle je me suis trouvé, de faire connaître aussi précisément par une autre expression le but que je me suis proposé.

J'ai dû consulter plusieurs auteurs. Voici la liste des principaux :

MARINELLO. — Gli ornamenti delle Donne. Venezia, 1574.

LIEUTAUD (J.). — De cosmeticâ seu ornatu et decoratione, in-8°. Paris, 1582.

ARNAUD DE VILLENEUVE. — Praxis medicinalis de Decoratione, de Ornatu mulierum. Lyon, 1586.

MERCURIALI. — De Decoratione Liber 8. Venetis, 1601.

RENÉ (FRANÇOIS). — Essay des Merveilles de Nature, etc., 3e édit., in-8°. Paris, 1657.

GUYON. — Miroir de la Beauté, cours de médecine. Lyon, 1664.

BRANTOME. — Mémoires, etc. Leyde, 1665.

FÉNELON. —De l'Éducation des Filles. Paris, 1687.

SALOMON. — Le Cantique des cantiques, traduit en français, in-8°. Paris, 1694.

TRILLER. — Opuscula medica et medico-philosophica. Exercitatio octava de remediis veterum cosmeticis eorumque noxiis. Francfort.

BENDER. — Dissertatio de cosmeticis.

Andry (N.). — Orthopédie, ou l'Art de prévenir et de corriger dans les enfants les difformités du corps, 2 vol. in-12 ; figures. Paris, 1741.

Abdeker, ou l'Art de conserver la beauté, 3 vol. in-12. 1754.

Thomas (O.-L.). — Essai sur les caractères, les mœurs et l'esprit des femmes dans tous les siècles. 1772.

Gellert (C.-F.). — Leçons de morale. Leipzig, 1784.

Bernardin de Saint-Pierre. — Études de la Nature, 2e édit., 3 vol. in-12. Paris, 1786.

Sue. — Eléments d'anatomie à l'usage des peintres. Paris, 1788.

Baumgarten. — De arte decoratoria dissertatio. Lipsiæ, 1791.

Winckelmann. — Histoire de l'art, in-4°, édit. Jansen.

Saint-Lambert. — Œuvres philosophiques, 5 vol. Tome Ier, Analyse de l'homme et de la femme. Paris, 1801.

Montaigne. — Essais, 4 vol. Paris, 1802.

Moreau de la Sarthe. — Histoire naturelle de la femme, suivie d'un Traité d'hygiène, etc., 3 vol. in-8°. Paris, 1803.

LAVATER (J.-H.). — L'Art de connaître les hommes par la physionomie, 10 vol. in-8°, fig. Paris, 1806, 1809, 1830, 1835.

ROUSSEL. — Système physique et moral de la femme, etc., 6e édit. Paris, 1812.

CLOQUET (HIP.). — Des odeurs sur les sens et les organes de l'olfaction, Dissert. inaug., in-8°. Paris, 1815.

CLAIRIN. — De l'Obésité, thèse. Paris, 1855.

BOUVIER. — Étude médicale et historique sur l'usage des corsets, broch. in-8°. Paris, 1853.

BEAUGRAND. — L'Hygiène, ou l'art de conserver la santé, 1 vol. in-12. Paris, 1855.

CLAYE. — Les Talismans de la beauté, 3e édit. 1864.

BANTING (William). — De l'Obésité, traduit de l'anglais. Paris, 1864.

PIESSE. — Des Odeurs, des Parfums et des Cosmétiques, édition française, publiée par Reveil. Paris, 1865.

DE LA

DÉCORATION HUMAINE.

AVANT-PROPOS.

La beauté a été de tout temps chantée par les poëtes. Si elle a toujours été l'objet du culte passionné des artistes, les observateurs, les philosophes, les savants, en ont fait, à toutes les époques aussi, un sujet d'études sérieuses. Des hommes considérables par leur mérite ont donné à cette question une large place dans leurs écrits; et ils ne se sont pas bornés seulement à définir cette qualité un des dons les plus précieux que le ciel ait faits à l'homme, ils ont souvent recherché quels

moyens pouvaient le mieux conserver la beauté corporelle, la rendre plus complète, la suppléer même dans quelques cas.

Aussi loin que l'on puisse remonter dans l'histoire, on trouve des traces de ce culte de la beauté, espèce d'alchimie cosmétique qui a compté une foule d'adeptes très-célèbres.

La mythologie nous raconte les aventures de Circé, cette fille du Soleil, si habile dans l'art de modifier l'extérieur humain par ses artifices qu'elle a passé pour une enchanteresse; de Médée, qui avait des secrets si merveilleux pour rétablir ou simuler la beauté qu'on a pu dire d'elle qu'elle avait rajeuni le père de Jason.

Les temps héroïques nous fournissent encore d'autres noms célèbres dans cet art qui, il y a vingt siècles, était déjà poussé aux limites du raffinement le plus exagéré. Ces noms appartiennent plutôt à des femmes qui ont joué un rôle brillant dans les vieilles sociétés de la Grèce et de Rome. C'est ainsi que l'on cite Aspasie, un des plus charmants modèles de la grâce attique. Cette belle Pho-

céenne avait réuni, dans un livre cité par Aëtius, un certain nombre de préceptes dédiés aux femmes curieuses d'augmenter ou de conserver leur beauté, et dont quelques-uns, inspirés par une connaissance exacte de l'hygiène, ont mérité d'être conservés par la tradition. Ils ont surtout rapport à l'usage des lotions et des bains, au choix des vêtements, à certaines habitudes de la vie domestique. Après Aspasie, il faut placer Cléopâtre, à laquelle on attribue un petit ouvrage dédié aux femmes et qui contient un assez grand nombre de formules de cosmétiques.

Les pères de la médecine n'ont pas dédaigné de donner dans leurs écrits une place à cette science, si souvent déshonorée par le charlatanisme. On signale, çà et là, quelques données curieuses dans Moschion, dans Héraclite de Tarente, dans Aëtius, dans Galien.

Cependant on a souvent agité la question de savoir si l'art de conserver la beauté était essentiellement et exclusivement du domaine de l'empirisme, ou si, au contraire,

il pouvait, compris dans certaines limites, toucher à la médecine, y prendre même une place importante. Le doute ne semble pas possible sur ce point, si l'on consulte les autorités très-sérieuses qui se sont prononcées pour établir le côté rationnel et la valeur scientifique de ce que l'on pourrait appeler le traitement de la beauté.

Sans doute, un grand nombre de compilations qui ont été élaborées sur cette matière n'ont été qu'une occasion de préconiser l'emploi de drogues, le plus souvent inutiles, quand elles n'étaient pas dangereuses. C'est là une circonstance très-regrettable, qui tient à la facilité qu'a offerte dans tous les temps, au débit de ces recettes, le désir de relever des charmes compromis ou de pallier des éléments de laideur naturelle. Ce besoin est aussi vieux que le monde civilisé; il a dû, à toutes les époques, provoquer les entreprises de l'empirisme ; aussi ne faut-il pas s'étonner si, malgré le blâme des hommes animés de l'amour de la morale et de l'humanité, l'usage des cosmétiques et des postiches exagérés a prévalu jusqu'ici.

Les Pères de l'Église sont pleins d'anathèmes fulminés contre l'abus des artifices de toilette dont les femmes se servaient alors avec une véritable passion. Tertullien traitait de pratiques diaboliques les procédés à l'aide desquels certaines matrones étaient fort habiles à se rougir les lèvres, à blanchir leur peau, à animer l'éclat de leurs yeux en les entourant de noir. On retrouve les mêmes colères dans la *Règle des jeunes filles* de Cyprien, dans Basile le Grand, dans saint Jérôme. Mais c'est surtout dans le *Pédagogique* de Clément d'Alexandrie qu'il faut lire tout ce qu'inspiraient alors d'honnêtes emportements, les exagérations de l'emploi des cosmétiques. Et, si l'on réfléchit à la composition de la plupart des eaux ou des pommades confectionnées pour la toilette, on comprend combien étaient justes, si elles restaient souvent sans effet, des protestations qui pourraient trouver aujourd'hui leur application, comme elles seraient probablement aussi peu efficaces.

Quoi qu'il en soit, il serait presque impossible d'énumérer tous les formulaires

étranges où se trouvent recueillies les drogues, plus ou moins malsaines, imaginées et reproduites depuis des siècles. C'est à cette source intarissable qu'a puisé de tout temps un charlatanisme effréné; mais c'est là aussi qu'il faut chercher la cause du renom équivoque qui s'est attaché à la plupart de ces productions. Sans parler des difficultés qu'apportait à leur emploi la composition diffuse, compliquée, quelquefois vraiment monstrueuse, des formules, il est bien évident que l'abus de ces préparations indigestes, que leurs dangers aussi, ont pu rejaillir jusque sur le culte de la beauté lui-même, et faire rejeter à un rang tout à fait inférieur l'enseignement des moyens qui peuvent concourir à l'embellissement du corps humain. Et pourtant, malgré toutes ces causes de déchéance, il n'est pas douteux que l'*art cosmétique*, comme l'appelait Mercuriali, ne soit une partie importante de l'hygiène.

En effet, la beauté véritable ne saurait, en aucun cas, exister sans la santé. Si celle-ci s'altère, celle-là s'amoindrit ou se déna-

ture. Un écart de régime, les excès, etc.., apportent à la beauté une atteinte que tous les artifices de la toilette sont moins aptes à détruire que le retour à des conditions hygiéniques meilleures. Et quand on parle de ces cosmétiques qui signifient ornement, beauté, il s'agit moins encore de formules à suivre que de pratiques à éviter, que de règles hygiéniques à observer. Il y a donc réellement place pour une œuvre du médecin sérieux dans cette science compromise, mais qui peut, bien appliquée, avoir une mission aussi honorable qu'utile.

C'est en se plaçant dans ces conditions, c'est en poursuivant ce but, que des observateurs très-distingués, très-instruits, d'une autorité médicale incontestable, ont pu donner leurs soins à un art qu'ils ont relevé de toute la hauteur de leur talent. Nous avons cité déjà quelques noms parmi les anciens; mais c'est surtout chez les auteurs plus modernes que l'on trouve des études plus complètes, plus positives sur ce point.

Parmi les spécialistes qui se sont occupés de l'embellissement du corps humain, il faut

citer en première ligne Mercuriali. A ce propos, nous devons faire remarquer que la langue latine, plus heureuse que la nôtre, a trouvé, pour définir cet art charmant, un mot qui n'a pas de synonyme exact dans notre vocabulaire. Ainsi, l'ensemble des données qui concourent à la conservation ou au postiche même de la beauté était désigné par le mot *decoratio*, expression simple, claire, précise, qui avait le mérite précieux d'avoir une signification à part, parfaitement distincte. Quoi qu'il en soit, le livre de Mercuriali a été très-sérieusement pensé; il a un cachet remarquable, et il a bien évidemment servi de modèle à la plupart de ceux qui se sont produits à la même époque, comme les traités spéciaux de Fallope, d'Arnaud de Villeneuve, de Fioramenti, d'Argelata, de Furnerius, etc.

Pour la plupart de ces auteurs, l'art cosmétique n'était qu'un détail de la pathologie générale; aussi est il le plus souvent enclavé dans l'ensemble de leurs études médicales. Mais il en est d'autres qui, comme Guyon, ont rattaché toute l'histoire des maladies à la

beauté corporelle; qui, ainsi que Liébaut, ont cru devoir faire un traité spécial de l'embellissement du corps humain; qui, comme de Blagny, ont dressé une sorte d'inventaire officiel de toutes les recettes reconnues pour concourir au maintien ou à la simulation de la beauté. Plus près de nous, il faudrait citer un petit livre très-curieux, intitulé : *Abdeker*, où, sous forme d'étrennes aux dames, l'auteur présumé leur conte l'histoire romanesque d'un médecin qui enseigne à une sultane, dont il est aimé, le moyen de conserver ses charmes. On pourrait aussi signaler quelques thèses intéressantes sur les cosmétiques, et, entre autres, celles de Bender, de Stephan, de Triller, de Wogt, de Wedel. La plupart de ces opuscules, empreints d'une érudition minutieuse, traitent du danger, de l'abus des artifices de la toilette.

Pour nous, quand même nous n'aurions pas l'autorité des noms scientifiques qui sont attachés à l'étude des soins de la beauté, nous resterions convaincu, par les résultats de notre pratique personnelle, que l'on peut,

dans la recherche de ces soins, rendre des services très-réels, très-sérieux. Ce but est assez digne pour mériter d'être poursuivi ; et, quand nous ne ferions que faire justice des erreurs, des fraudes, ou des énormités empiriques qui abondent sur notre chemin, nous croirions déjà avoir fait une bonne action médicale. Mais nous croyons qu'il y a quelque chose de mieux à faire ; qu'on peut, qu'on doit même, pour assurer le succès de l'art cosmétique, le ramener et le maintenir dans des limites purement rationnelles et scientifiques ; qu'il est possible enfin d'écrire, sur l'embellissement et la conservation du corps humain, une œuvre qui soit utile, et qui ait en même temps un cachet médical.

C'est là le double but que nous nous sommes proposé d'atteindre. Il convient d'ajouter que tous les traités sur cette matière ne sont plus en rapport avec les progrès qu'ont faits nos connaissances en chimie, en physiologie, en thérapeutique. La pratique sérieuse n'a plus rien à attendre de ces compilations de formules surannées, ridicules ou même repoussantes. Le nouveau livre de la

Décoration humaine est donc destiné à combler une lacune importante dans une science qui s'adresse à tant d'intérêts, tant de besoins, tant de désirs légitimes. Il vient, sous une forme simple, méthodique, facile à consulter, mettre à la portée de tout le monde les moyens d'embellir le corps humain, avec cette réserve que nous avons eu soin de n'admettre, de ne proposer que ceux dont une longue expérience nous a permis de reconnaître et d'affirmer l'utilité.

Les auteurs qui ont écrit les ouvrages les plus complets sur l'embellissement humain ont tous suivi à peu près le même plan. Ainsi, ils ont étudié les unes après les autres toutes les parties du corps, en commençant par la tête, qui est le siége principal de la beauté.

Cette division, toute naturelle, est fondée sur cette donnée pratique, que les soins de la beauté varient nécessairement selon qu'ils s'appliquent à telle ou telle partie. Elle a, de plus, l'avantage de rendre plus simple, plus facile l'exposition des divers moyens auxquels il convient de recourir. J'ai cru devoir la con-

server en la ramenant à des termes plus généraux, qui permettent de réunir dans un même cadre tous les points qui se rapportent à un même ordre d'idées, et d'éviter ainsi des redites inutiles.

Après les considérations générales sur la beauté, notre série d'aperçus sur l'embellissement commencera par la *tête,* que nous décomposerons au point de vue de ses diverses parties, ainsi : du teint, des cheveux, du front, des oreilles, des yeux, du nez, de la bouche, du menton.

Nous étudierons ensuite le *tronc,* qui comprendra le col, les épaules, la poitrine, les aisselles, le dos, la taille, etc.

Les *membres,* qui viendront après, comprendront les bras et les avant-bras, les mains, les ongles, les cuisses, les jambes, les pieds et les orteils.

Nous nous proposons enfin d'exposer dans des chapitres spéciaux ce qui touche : à l'embellissement DE LA PEAU EN GÉNÉRAL; AUX EXHALAISONS NATURELLES; à L'OBÉSITÉ ET à LA MAIGREUR et aux moyens d'y remédier; et de dire quelques mots sur la COSMÉTIQUE, c'est-

à-dire sur L'HYGIÈNE, LES PARFUMS et LES COSMÉTIQUES proprement dits.

Les anciens formulaires méritent en général le reproche de pécher par la multiplicité des recettes et leur affectation ; sous ce rapport, ils avaient au moins l'inconvénient de jeter le trouble dans l'esprit de celui qui les consultait. Il y avait là un écueil que nous avons tenu à éviter; et, convaincu que ce livre serait d'autant plus utile qu'il serait plus simple, nous nous sommes attaché à maintenir le nombre des formules dans des limites qui nous permissent de répondre à toutes les indications de notre sujet, sans imposer d'embarras ou de fatigue au lecteur.

En résumé, la *Décoration humaine* est à la fois du domaine de la pratique médicale et des habitudes de la famille. Elle s'adresse en même temps aux médecins et aux gens du monde.

Les praticiens peuvent y trouver un guide pour rechercher les moyens de prévenir ou de réparer les atteintes faites à la beauté corporelle par toutes les influences morbides; de rétablir, de suppléer même, d'après les principes d'une pratique rationnelle, les éléments

disparus ou obscurcis d'un des plus précieux attributs de l'espèce humaine.

Les gens du monde auront à lui demander des conseils utiles pour le choix du régime, pour l'emploi des moyens hygiéniques, auxquels il convient de demander l'entretien et la conservation de la beauté. Ils y trouveront aussi des indications pour les soins particuliers qui peuvent concourir à l'embellissement de chaque partie du corps. Ce livre leur dira de quel topique il est utile de se servir dans tel ou tel cas; il leur recommandera, sous la forme la plus simple et la plus agréable possible, les cosmétiques auxquels toute personne soigneuse de sa toilette pourra recourir d'elle-même, sans inconvénients et surtout sans périls pour sa santé. Mais, en même temps, il signalera aux personnes du monde ce dont elles doivent s'abstenir; car, s'il n'arrive pas toujours que des désordres irréparables soient le résultat de l'emploi irrationnel de certains topiques, il est malheureusement très-fréquent de voir leur usage produire un tout autre effet que celui que l'on s'en était promis.

La donnée générale de la *Décoration humaine* est donc avant tout une pensée d'utilité pratique. Son but est d'offrir une satisfaction sérieuse à des besoins naturels, à des nécessités intimes qu'exploitent trop souvent la routine, l'empirisme et l'esprit mercantile. Nous espérons que cet ouvrage aura résolu cette question de manière à mériter la confiance, nous allions dire la gratitude, de toutes les personnes auxquelles il est destiné, sans perdre aux yeux de personne le cachet d'un travail sérieux.

PREMIÈRE PARTIE.

CHAPITRE PREMIER.

DE LA BEAUTÉ EN GÉNÉRAL.

Ses définitions, ses différences, sa valeur. — La beauté chez la femme. — Ses rapports avec la santé.

> Je ne puis trop répéter combien j'estime la beauté, qualité puissante et avantageuse. Socrate l'appelait une courte tyrannie et Platon le privilége de nature. Nous n'en avons point qui le surpasse en crédit. Elle tient le premier rang au commerce des hommes. Elle se présente au devant, séduit et préoccupe nostre jugement avec grande authorité et merveilleuse impression.
>
> (Montaigne. *Essais*, vol. III, p. 470-471.)

La beauté absolue, la seule qu'il semble possible de définir, a été l'objet d'un certain nombre de formules qui rendent plus ou moins heureusement l'idée qui y est attachée.

Platon, qui envisageait la beauté au triple point de vue de la forme, de l'âme et de l'harmonie, en

faisait une grâce réjouissant à la fois l'esprit, la vue, l'ouïe, et portant chacun à admirer, désirer, respecter, aimer l'être qui est doué de cet avantage.

Aristote la plaçait dans l'ordre uni à une certaine grandeur. C'est le type de la beauté abstraite et idéale.

Galien, plus explicite et plus matériel, cherchait la beauté dans une bonne conformité des membres, unie à un coloris agréable, à une chair congrue, à une certaine ampleur de formes, à l'harmonie des traits.

La plupart des philosophes de l'antiquité ont essayé de ramener la formule de la beauté physique à des règles exactes. On voit que, si l'esthétique est une science nouvelle, elle est au moins une aspiration très-ancienne. Ainsi, ils ont admis à peu près généralement que la beauté est le rapport du tout avec les parties, et des parties entre elles, joint au charme du coloris.

Cela était vague sans doute ; mais il faut bien reconnaître qu'il est au moins très-difficile de donner de la beauté, même absolue, une définition axiomatique qui ne laisse rien à désirer.

Chez les auteurs plus modernes qui se sont occupés de cette matière ardue, on ne trouve le plus souvent que des formules tout aussi peu explicites.

Ainsi Albert Durer et Mercuriali [1], un artiste et un médecin, ont défini la beauté : « Une disposition gé-« nérale résultant d'une constitution corporelle « parfaite, agréable au sens. » Fallope [2] semble serrer la question de plus près. Pour lui, la beauté est : « Un état naturel du corps, une habitude con-« sistant dans l'harmonie de la substance, de la « quantité, de la disposition, de la forme, de la « couleur. »

L'Abdeker [3], qui semble voué surtout au culte de la beauté sensuelle, la définit : « La forme d'un « tout, qui plaît à chacun de nos sens. »

Si les poëtes ont pu dire de la beauté qu'elle est d'essence divine, on comprend que, comme tout ce qui relève de la genèse surnaturelle, elle échappe à toute description humaine. Les Baumgarten, les Winckelmann et les adeptes de l'esthétisme ont bien pu prétendre soumettre le sentiment du beau à des lois mathématiques ; mais la beauté, surtout celle de la femme, ne saurait être exactement exprimée par une formule paradoxale.

Ce serait possible tout au plus si la beauté était réellement une, la même partout et pour tous. Mais

[1] *De decoratione liber.* Venet., 1601.
[2] *Tractatus de decoratione.* Padoue, 1566.
[3] *Abdeker, ou l'Art de conserver la beauté.* 1754, Paris.

tant d'éléments divers concourent à former ce charmant attribut de l'espèce humaine qu'il est presque impossible d'en donner une définition absolue. Ainsi les uns la placent dans une sorte de perfection convenue, qui tient de la statuaire; les autres la cherchent dans la forme unie à l'expression; quelques-uns voudraient la faire résider exclusivement dans les reflets physionomiques d'une belle âme. D'après ces inspirations très-variables, on a pu décrire diverses espèces de beauté. Tantôt elle résulte d'un ensemble de traits réguliers et nobles, joints à l'élévation de la taille, à la pureté du galbe. Tantôt, au contraire, elle est un mélange de grâce extérieure, de finesse et de perfection de la forme, uni à la vivacité, au charme de l'expression. Tantôt, enfin, elle consiste dans un je ne sais quoi qui donne un attrait indescriptible même à des traits irréguliers.

Le sentiment de la beauté peut varier suivant le génie, les goûts, les préjugés même de chaque peuple. Les Orientaux, chez lesquels la vie oisive est en honneur, mettent l'embonpoint au rang des premiers charmes de la femme. Au contraire, les nations occidentales préfèrent généralement des formes sveltes, dégagées; pour elles, la suavité et la délicatesse des lignes passent avant leur ampleur et leur relief; mais ce qui a surtout du prix pour elles, c'est la grâce, c'est l'expression.

Il faut considérer, en outre, que la beauté varie selon l'âge et le sexe. Ainsi elle revêt, dans l'enfance, des caractères tout particuliers de fraîcheur, d'ingénuité, de gentillesse, que l'on ne retrouve plus dans l'âge adulte. Ici la beauté a des attraits qui parlent surtout aux sens; dans la vieillesse, au contraire, elle s'adresse plutôt à l'esprit, auquel elle impose par son air de gravité et de noblesse.

« Des lèvres vermeilles et bien bordées, une bouche « entr'ouverte et riante, de belles dents blanches, « une démarche libre, le regard assuré, une gorge « presque découverte, de belles grandes joues larges, « me charmaient à dix-huit ans, dit le philosophe « Diderot. Aujourd'hui, c'est une jeune fille qui a « l'air décent, le regard timide, et qui marche en si- « lence à côté de sa mère, qui m'arrête et me charme. « Qui est-ce qui a le bon goût? Est-ce moi à dix- « huit ans? Est-ce moi à cinquante? Belle demande! « — A dix-huit ans, ce n'était pas l'image de la « beauté, mais la physionomie du plaisir, qui me « faisait courir. »

Les différences de la beauté sont plus tranchées et plus remarquables encore, sous le rapport de la différence des sexes. Ainsi, chez l'homme, la beauté comporte un caractère de dignité, de force, de mâle fierté. Les traits sont plus fermes, plus accentués. Chez la femme, c'est surtout la grâce qui

domine. Ses formes sont plus fines, plus délicates; les traits se distinguent par la suave harmonie des lignes, par la douceur des contours. Ce qui est un attrait chez celle-ci peut devenir une anomalie choquante chez celui-là. L'homme beau comme une femme est flétri du nom d'efféminé. Il en est de même pour la femme qui serait affligée de charmes trop virils.

Certains philosophes ont, au point de vue de la différence des sexes, cherché à établir une corrélation entre la constitution corporelle propre à chacun d'eux et les dispositions naturelles de l'âme. Ainsi la femme a le corps arrondi, mou, flexible, poli, sans poils; sa musculature est peu apparente, les gestes sont déliés, souples, contenus. Elle a, par contre, un esprit léger, timide, enclin surtout aux sentiments intimes; ses mœurs sont faciles, douces, agréables.

L'homme au contraire est robuste, anguleux, rigide; son système pileux est largement développé; sa peau est rude, épaisse, ses muscles sont saillants, ses mouvements sont plus roides, plus brusques. Sous le rapport moral, il a de la gravité, de la résolution, de la ténacité; il se distingue par l'aptitude aux travaux sérieux ou pénibles; il est propre aux conseils qui exigent de la maturité; il résiste énergiquement aux fatigues soit du corps, soit de l'âme.

Il ne faut pas s'étonner, d'après ces considérations, si la formule de la beauté, prise dans un sens absolu, présente des difficultés assez grandes pour avoir fait douter qu'elle fût possible. « On peut appliquer à la beauté, dit Winckelmann, le mot de Cicéron sur la Divinité... Qu'il est plus aisé de dire ce qui n'est pas elle... que de dire ce qu'elle est avec précision. »

Outre que l'appréciation de la beauté elle-même doit varier selon les temps, selon les peuples, selon les habitudes générales, elle est soumise aux diversités de goûts, de vues, de préjugés même, inhérentes aux individus qui la recherchent ou s'en occupent ; mais surtout les langues les plus parfaites manquent d'expressions qui puissent rendre complétement et d'une manière aphoristique les idées abstraites que doit renfermer une définition exacte du plus charmant attribut de la nature humaine. Pour trouver une formule qui satisfît toutes les opinions, il faudrait la composer de tous les instincts, de tous les sentiments, de toutes les passions que suscite le culte de la beauté. Cela est tout simplement impossible.

En effet, la beauté à un point de vue général est un ensemble harmonieux auquel concourent et dans lequel viennent se fondre toutes les perfections de détail dont sont susceptibles les diverses parties

du corps humain. Les éléments principaux qui servent à la former sont : une juste proportion de ces parties entre elles et avec le tout, un embonpoint moyen qui donne aux contours la suavité des lignes qui en fait le charme, la régularité des traits du visage, l'heureuse disposition des membres, la distinction des extrémités, la finesse et la transparence de la peau, la fraîcheur du coloris. Mais ces qualités ne font qu'une belle statue. Pour trouver le feu céleste qui l'anime, il faut ajouter le sentiment expressif, reflet de l'âme qui éclate dans le regard, dans le sourire, dans le geste, dans le maintien, jusque dans l'accent. Il n'y a pas de vraie beauté sans ce rayonnement de la vie dont l'expression n'est pas plus absolue d'ailleurs que la perfection plastique. Très-variable, au contraire, elle est, sous les formes les plus diverses, un des éléments les plus précieux de la beauté, qu'elle soit enjouée ou touchante, fine ou naïve, imposante ou modeste, pudique ou voluptueuse. Mais ce qui caractérise surtout la beauté, ce qui lui donne l'irrésistible puissance dont elle est douée, c'est la grâce, ce charme indéfinissable, qui est tout et qui n'est rien, qui échappe à toute analyse, et qui, si l'on pouvait comparer la beauté à une fleur, en serait le parfum.

S'il est aussi difficile de trouver une définition exacte de la beauté, si, sur ce point, les opinions

diffèrent, il n'en est plus de même quant à la valeur qu'il faut attacher à ce don de la nature, quant à l'influence qu'il exerce dans tous les rapports sociaux.

Le sentiment du prix qui s'attache à cette question de forme n'est pas seulement le propre des civilisations avancées. C'est une aspiration instinctive dont, au besoin, on retrouverait des traces dans les sociétés les plus primitives. Il a été quelquefois poussé si loin qu'il a pu faire dire à Xénophon, entre autres, que la possession de la beauté devait être mise au-dessus de celle de la science, de la vertu, de la fortune, de tous les autres avantages enfin, dont l'homme peut être favorisé. Il y a là une exagération évidente qu'il faut laisser aux poëtes et aux artistes; mais, pour le philosophe, pour l'observateur sérieux, il n'en est pas moins vrai que la beauté est un des plus beaux présents que le ciel ait faits à l'homme. Sans doute les qualités de l'esprit et du cœur ont une excellence incontestable; mais, au point de vue de la perfection humaine, elles n'ont qu'une valeur incomplète sans la beauté. Au contraire, on ne saurait rien imaginer de plus parfait, rien qui donne mieux une idée de la divine essence de l'homme, que la beauté du corps unie à la bonté du cœur, à l'élévation de l'esprit, à la pureté de l'âme.

C'est à ce titre, et comme un des types de la perfection idéale, que la beauté a été de tout temps l'apanage de la Divinité. Si dans la mythologie Junon, Minerve et Vénus se disputent, ce n'est pas pour une question de pouvoir, c'est pour une préséance d'attraits. Tous les grands héros ont été des types de beauté surhumaine. Homère épuise toutes les ressources de sa muse épique pour revêtir Hector et Achille de charmes presque divins. Ainsi, l'antiquité nous représente le Bacchus indien, Alexandre ; ainsi, à toutes les époques, quand la flatterie a voulu diviniser un roi, elle lui a donné une auréole de beauté majestueueuse et fière. Dans certains pays où la royauté était élective, comme à Sparte, en Éthiopie, dans l'Inde, la beauté physique était un titre essentiel au choix de la nation. L'histoire nous a transmis le fait de cet Archidamus, roi de Lacédémone, qui fut condamné par son peuple à une grosse amende, pour avoir épousé une laide et petite femme, qui ne pouvait que lui donner des enfants chétifs ou difformes, au lieu de ces hommes grands et beaux, comme il en fallait pour commander aux républiques et aux empires.

Mais, en dehors de ces grands exemples, l'influence de la beauté corporelle dans tous les rapports de la vie sociale se révèle à chaque pas d'une manière irrécusable. Nul ne saurait nier, en effet,

l'attrait sympathique qui lui concilie toutes les attentions, qui lui donne la douce autorité qu'elle exerce sur les esprits et sur les cœurs. Elle est le plus sûr moyen de plaire, une recommandation aux plus hautes et plus brillantes faveurs; elle inspire l'amour, l'admiration, le respect. Aussi est-elle un juste titre d'orgueil pour la personne qui en est douée; aussi excite-t-elle à bon droit l'envie ou le regret de celle qui en est dépossédée.

Les Grecs avaient bien raison de l'appeler κάλλος du verbe καλεῖν, qui veut dire *appeler*. En effet, elle appelle, elle attire insensiblement tout ce qui est accessible au sentiment du beau; et cette influence est d'autant plus grande, plus sûre, que les charmes extérieurs s'allient à la beauté de l'âme.

C'est surtout quand elle existe chez la femme que la beauté corporelle a le privilége d'exercer une influence sur tout ce qui est soumis à son action. Non-seulement alors elle résume au plus haut point toutes les perfections de détail, mais elle resplendit d'une auréole de grâce, mise en jeu par l'organisation expressive et fine de l'individu, et résultant de la délicatesse des traits, de la suavité des formes, de l'harmonie générale des lignes et des teintes.

La beauté est, pour la femme, la plus précieuse de toutes les parures; elle lui donne une force mo-

rale qui rachète sa faiblesse physique. On a pu dire d'elle qu'elle persuade mieux que l'éloquence; qu'elle partage, avec la morale, le pouvoir d'inspirer le sentiment; qu'elle a pour faire comprendre la Divinité une logique plus sûre que celle de la philosophie. Aussi, est-ce exclusivement de la beauté féminine que je veux m'occuper ici. La nature, en dotant la femme des attraits dont elle est heureuse et fière, lui a donné, si l'on peut dire ainsi, un sens particulier pour comprendre, aimer tout ce qui touche au culte de sa beauté. Elle apporte instinctivement aux soins de sa toilette une intelligence, une assiduité, une passion même, qui ne permettent pas de révoquer en doute la destination toute spéciale de la beauté féminine. C'est presque un devoir, pour la science, de favoriser ce penchant naturel en mettant à son service les ressources médicales dont l'expérience a montré l'efficacité et surtout l'innocuité.

C'est donc principalement aux femmes que s'adressent nos conseils. Notre tâche est grande, car nous avons non-seulement à leur dire ce qu'il convient de faire pour conserver et entretenir la beauté, ce qu'il y a à éviter pour ne pas la détruire chez celles qui en sont douées, mais encore à faire connaître, s'il est possible, quelques moyens de la suppléer ou de la faire revivre chez celles à qui la na-

ture l'a refusée ou qui l'ont perdue par une cause quelconque, notamment par maladie. Pour arriver plus sûrement à ce but, il faut s'inspirer surtout de cette vérité première : que le plus sûr élément de la beauté corporelle est la santé. En effet, ôtez celle-ci, celle-là s'altère, se flétrit, disparaît. Le devoir du médecin est donc de rechercher les états pathologiques qui sont si souvent pour la beauté une source d'effacement et de ruine, de combattre, de faire disparaître ces causes de trouble, de demander ainsi à un traitement rationnel le plus sûr moyen de rétablir des charmes dont la perte ou l'amoindrissement est toujours si pénible.

Les soins particuliers ne viennent qu'ensuite ; mais ils ont une très-grande importance au double point de vue, et de ce qu'il faut faire, et de ce dont il est utile de s'abstenir. Sous ce rapport, je me propose d'étudier la conservation et l'embellissement du corps dans les points qui touchent aux traits les plus saillants de la beauté, ainsi de m'occuper surtout des parties qui sont habituellement en vue, et qui, à ce titre, exigent des soins plus particulièrement assidus.



CHAPITRE II.

LE VISAGE.

Toutes les expressions harmoniques sont réunies dans la figure humaine.
(BERNARDIN DE ST-PIERRE, *Études de la nature.*)

Un beau visage est le plus beau de tous les spectacles.
(LA BRUYÈRE, t. Ier, éd. 1769.)

La tête est particulièrement le siége de la beauté. C'est sur le visage que réside ce je ne sais quoi qui nous charme et nous attire. On admire un joli pied, on est saisi par l'élégance de la taille ; un bras bien fait, une jolie main, captivent notre attention et nos sens : mais on n'est jamais séduit aussi fortement par la forme d'aucune partie du corps comme on l'est par le visage. Outre que les autres organes se ressemblent plus généralement, tandis

que, pour le visage, il y a autant de différences que d'individus; chaque physionomie a son genre de beauté particulier.

Le visage est le siége de cette expression discrète et inexplicable, qui vous révèle tout d'un coup l'âme et le cœur qui sympathisent avec les vôtres, la femme que l'on a rêvée, que souvent l'on a cherchée toute sa vie. On baise la main avec respect, dit Liébaut; c'est toujours avec un sentiment d'affection plus ou moins vive que l'on baise au visage et au front. De même que d'ailleurs la vraie beauté en général ne résulte pas de la forme d'une ou deux parties, mais de l'harmonie de toutes; de même l'agrément du visage consiste surtout dans l'air, dans la physionomie. C'est lui qui nous attire ou nous repousse.

Pour qui sait y lire, la beauté du visage est le miroir qui réfléchit la pureté de l'âme, l'élévation de l'esprit, la bonté du cœur; tout, depuis la pudeur modeste jusqu'au noble orgueil, depuis la douce bienveillance jusqu'au dévouement de l'amitié, tout, mais surtout l'amour, l'amour vrai, l'amour pur, tout est écrit dans les traits de la physionomie.

Lavater cite le passage de *Clarisse* où on lit les remarques pleines de finesse de miss Howe, sur la physionomie que devaient avoir, au collége, Solmes, Hickman et Lovelace.

« Je me représente, dit-elle, Hickman comme « un grand élancé, les cheveux aussi plats que la « physionomie, qui était harcelé et pincé de tous « les autres, et qui retournait au logis le doigt dans « l'œil, pour s'en plaindre à sa mère.

« Lovelace, au contraire, était un franc vaurien, « aux cheveux crépus, plein de feu, de caprice et « de méchanceté, allant à la picorée dans les ver- « gers, escaladant les murailles, courant à cheval « sans selle ni bride ; un indomptable petit mutin, « qui donnait des coups de pied, des coups de poing, « et qui en recevait ; qui ne rendait justice à per- « sonne, et qui ne la demandait pas pour lui ; qui, « ayant la tête cassée dix fois par jour, disait : C'est « l'affaire d'une emplâtre, ou qu'elle se guérisse toute « seule ; et ne cherchait qu'à faire plus mal encore, « s'exposant à avoir les os brisés ou à le mériter.

« Solmes devait être un sale et vorace petit gar- « çon, qui tournait sans cesse autour de ses cama- « rades, pour trouver quelque chose à escamoter, « et qui mendiait volontiers, de toutes mains, la « moitié de leur tartine. »

§ I.

Le Teint.

> La beauté la plus régulière ne saurait me séduire, si la fraîcheur, la pureté, l'éclat de son teint, ne s'animent d'un rayon de jeunesse et de santé.
> (L. Camus.)

Plusieurs circonstances concourent à donner une grande valeur à l'air et à la physionomie dans l'agrément du visage.

Une des premières conditions pour la beauté du visage, c'est assurément la beauté du teint.

Pour les anciens, le teint, c'est la petite peau, l'efflorescence du cuir au visage. C'est la peau proprement dite, transparente, mais plus douce, plus fraîche, plus polie au visage que partout ailleurs.

Aussi mobile dans ses traits, si je peux dire ainsi, dans son aspect, que les impressions dont il est sans cesse le miroir, le teint change facilement de couleur. Il devient rouge, bleu, pâle, blanc, suivant les émotions de l'âme, et surtout suivant sa finesse et sa délicatesse propres. Il peut même arriver que,

au lieu d'en être le siége passagèrement, il conserve ses impressions physiques au-delà de la durée des impressions morales, ou que celles-ci, par leur fréquence, finissent par laisser des traces permanentes.

C'est sur cette observation que s'est fondé le système ingénieux de Lavater.

« J'ai vu dans les faubourgs, dit le philosophe Diderot, des enfants charmants de visage; à l'âge de douze ou treize ans, les yeux pleins de douceur étaient devenus intrépides, ardents; cette agréable petite bouche s'était contournée bizarrement; ce cou si rond s'était gonflé de muscles; ces joues larges et unies étaient parsemées d'élévations dures. Ils avaient pris la physionomie de la halle et du marché; à force de s'irriter, de s'injurier, de se battre, de crier, de se décoiffer pour un liard, ils avaient contracté pour toute leur vie l'air de l'intérêt sordide, de l'impudence, de la colère. » (LAVATER, *Disc. prél.*)

On ne saurait donc trop tôt s'habituer à faire de bonne heure l'éducation des enfants. Je connais des familles dans lesquelles, d'après un mot d'ordre suivi sévèrement, il n'y a jamais de colère, jamais une parole élevée, prononcée devant les enfants.

Il y a d'ailleurs une délicatesse plus ou moins grande suivant les individus; et il y a de certaines peaux épaisses sur lesquelles les émotions de l'âme se reflètnet d'une façon inappréciable à la vue.

Le beau teint est une disposition agréable en vertu de laquelle la peau du visage, d'une couleur blanche et vermeille, pure, douce, tendre et polie, est accessible aux modifications produites par les impressions de l'âme, sans être cependant trop fortement altérée par les moindres émotions.

Cette délicatesse du teint appartient exclusivement aux femmes.

Un des meilleurs moyens de sauvegarder la beauté et la sérénité du teint est donc d'éviter autant que possible toutes les occasions qui, tôt ou tard, doivent ou peuvent troubler les esprits; de s'habituer de bonne heure à résister aux émotions démonstratives, aux grandes joies, à la colère.

Le teint subit encore l'influence des corps ambiants, surtout du froid et du chaud. L'air froid, on peut le dire d'une manière générale, est l'ennemi mortel du teint. Cependant, par exception, les personnes hautes en couleur supportent plus impunément l'air froid, tandis que celles qui ont le teint pâle et basané se trouvent mieux d'un air un peu chaud.

La manière de vivre au point de vue de l'alimentation a encore une très-grande influence sur le teint; et si, comme cause de maladies du visage, on a beaucoup exagéré l'effet de certains aliments

et de certaines boissons, il est bien évident qu'il y a une relation intime entre l'état de l'estomac et le teint du visage ; et en général, les personnes qui sont, comme on dit, hautes en couleur, gâtent leur teint en faisant usage d'aliments irritants.

D'un autre côté, celles qui, tombant dans un excès contraire, mangent d'une manière insuffisante, pour se conserver le teint frais, font pâtir leur estomac, et se donnent un teint blême et pâle.

Enfin il n'y a pas jusqu'aux costumes qui ne puissent avoir de l'influence sur le teint, et notamment l'usage de vêtements trop serrés.

D'après ce que je viens de dire, on comprendra que c'est surtout dans l'observance des règles hygiéniques qu'on doit trouver les meilleurs moyens de sauvegarder la délicatesse et la pureté du teint.

Ainsi, au point de vue de l'alimentation, il importe de régler autant que possible les repas ; de les espacer, de manière qu'avant d'en recommencer un nouveau, la digestion du précédent puisse être complétement faite.

D'une façon générale, s'il est bon de ne pas donner à l'estomac tous les aliments qu'il peut recevoir, il est évident qu'il faut s'alimenter d'une manière suffisante, à son appétit, et régler, bien entendu, le choix de ses aliments suivant la disposition

individuelle. Ainsi, pour ceux qui ont une tendance à avoir, comme on dit, des montées de sang au visage ; ils devront choisir des aliments plus légers, moins excitants ; ils éviteront surtout les vins purs, les liqueurs.

La nourriture devra être plus solide, au contraire, pour les personnes dont le teint est habituellement pâle, sans animation.

Il y a des personnes qui ont l'habitude de prendre quelque chose de réconfortant le matin, et de se rendormir après. C'est mauvais. Il vaut mieux prendre un aliment quelque temps après être levé. Mais ce qui vaut mieux encore, c'est de prendre, immédiatement après le réveil, quelque chose de liquide, un verre d'eau par exemple, et de ne manger à proprement parler qu'une heure ou deux après.

Enfin il y a certaines personnes qui prennent tous les jours un lavement, pour se conserver, dit-on, le teint frais. Il y a évidemment une exagération dans cette habitude quotidienne, qui d'ailleurs va souvent en grandissant d'une manière déraisonnable ; mais au fond, il y a quelque chose de vrai. Il est en effet très-utile d'entretenir la liberté du ventre, soit à l'aide de quelques lavements, ou avec le secours d'eaux laxatives, prises de temps en temps.

Quant aux règles générales de l'hygiène, elles trouvent surtout ici leur application. Ainsi trop dormir est aussi nuisible que trop veiller. La vie inactive a autant d'inconvénients que trop d'exercice. Là encore c'est une juste mesure qu'avec de la volonté, il n'est pas impossible de trouver.

Nous avons vu qu'une des altérations les plus fréquentes était produite par le hâle. On a proposé beaucoup de moyens pour préserver le visage du hâle, du soleil et du froid. On a proposé un grand nombre de lotions, et autant de pommades.

Ce que je préfère beaucoup, et ce qui est applicable, aussi bien pour se garantir de la chaleur que du froid, c'est de saupoudrer le visage, à sec, avec la poudre d'amidon, ou bien avec la poudre de riz, s'il était possible de la trouver bien pure, ou avec l'un des mélanges suivants :

Amidon.	500	grammes.
Sous-nitrate de bismuth.	100	—

Mêlez.

Poudre rose.

Amidon de riz.	1000	grammes.
Laque carminée.	25	—
Essence de rose.	1	—
— de santal.	1	—

Mêlez.

On l'étend sur le visage avec une patte de lièvre préparée, ou mieux avec une houppe en duvet de cygne.

Ce qu'il y a de plus simple, c'est d'abriter le visage, contre l'impression directe d'un vent froid, contre l'insolation prolongée; c'est d'éviter le rayonnement d'un foyer trop ardent.

En général, il faut mouiller la peau du visage le moins possible, et par conséquent éviter cette pratique déplorable de ces larges ablutions prolongées. La lotion ne doit jamais être ni chaude ni froide. Il faut essuyer avec soin, et ensuite saupoudrer légèrement. Il y a certaines peaux qu'il faut se contenter de nettoyer avec la poudre. Que de dames qui ont sauvegardé pendant des années un teint délicat, frais, transparent, en ne le mouillant jamais, ou du moins en le mouillant à peine !

J'en dirai autant des corps gras, des pommades : comme nous le verrons plus tard, ils ne conviennent qu'exceptionnellement. A plus forte raison faut-il rejetter toute espèce de fard.

La Bruyère dit que « si les femmes veulent seulement être belles à leurs propres yeux, elles peuvent dans la manière de s'embellir, suivre leur goût; mais que si c'est aux hommes qu'elles désirent plaire, il déclare que le blanc et le rouge les rend affreuses. »

Si maintenant nous cherchons les moyens de remédier à l'altération du teint, nous trouverons des difficultés plus grandes, d'autant mieux qu'il peut être abîmé de façons diverses, et qui par conséquent réclament des moyens tout à fait différents.

Déjà nous avons dit les secours que fournit tout naturellement l'hygiène à qui veut conserver la pureté de son teint. Ces secours seront encore de mise à plus forte raison pour la retrouver, si c'est possible.

Je ne reviendrai donc pas sur la valeur des moyens généraux. Je ne puis cependant m'empêcher de déclarer, en passant, que deux agents thérapeutiques, fort à la mode, sont ennemis du teint. Je veux parler des bains de mer et du fer. Je n'en conclus pas, qu'il ne faut jamais y avoir recours, et surtout qu'il faille sacrifier tant soit peu la santé à la beauté; mais je suis conduit par une longue expérience à conseiller de ne pas user indifféremment de ces moyens de guérison, et surtout de ne pas en abuser, comme il arrive trop souvent.

Quant aux moyens locaux, ils sont naturellement très-variables, suivant la constitution de la peau, suivant le mode d'altération du teint.

Voici d'ailleurs plusieurs formules qui s'adressent aux diverses indications.

Liqueur de Gowland modifiée.

Bichlorure hydrargyri.	0,10	centigr.
Chlorhydrate d'ammoniaque. . .	0,10	—
Lait d'amandes.	250	—

C'est un des meilleurs cosmétiques pour le teint. Il convient à peu près constamment, mais surtout aux peaux délicates, fines, quelquefois légèrement farineuses, et qui cependant supportent mal un corps gras quelconque.

On emploie cette liqueur pure, à l'aide d'un linge fin ou d'une éponge douce; au besoin on la couperait avec partie égale d'eau, si, ce qui arrive quelquefois, elle était irritante pour une peau excessivement délicate. C'est d'ailleurs une préparation qui demande à être faite avec beaucoup de soin.

Chlorate de potasse.	1	gramme.
Glycérine.	30	—
Eau de roses.	250	—

F. S. A., pour lotions.

Ce lavage convient de préférence aux peaux plus épaisses, plus fortement farineuses.

Bicarbonate de soude	1	gramme.
Eau distillée.	250	—
Essence de Portugal.	VI	gouttes.

Pour lotions chez les personnes dont la peau du visage est grasse, disposée aux boutons.

On peut encore laver le visage avec de l'eau de sureau, du thé léger, de l'eau miellée, de l'eau distillée de tilleul, etc..., le lait d'amandes, le lait virginal :

Lait virginal.

Eau de roses. . . . . 500 grammes.
Teinture de benjoin . . . . . 4 grammes.
Ajoutez l'eau tout doucement à la teinture.

En général, les lotions au visage doivent être faites à une température tiède. La lotion trop chaude est une erreur aussi préjudiciable au teint, que celle qui serait très-froide.

Il vaut mieux les faire le soir, en essuyant à peine, à moins que l'on ne saupoudre après, avec un mélange pulvérulent quelconque, ce qui est souvent utile, et auquel cas, il faut au contraire attendre que la peau soit tout à fait ressuyée. Le matin on se contente d'enlever doucement ce qui peut rester de poudre, ou l'on passe très-légèrement un linge imbibé d'un peu d'eau additionnée de quelques gouttes d'eau de Cologne ou de l'eau de Hongrie, de lavande.

Enfin, quand la peau du visage est sèche et cas-

sante, épaisse et boutonneuse ; quand on veut effacer quelques taches..., il faut avoir recours à quelques pommades.

Ainsi le *cold-cream*, la *pommade de concombres*, sous ce rapport, sont d'excellents cosmétiques. On peut avec avantage en enduire un peu la peau, avant de s'exposer au soleil, ou à un air vif, comme quand on va au bord de la mer.

Enfin, on peut se servir pour le teint, des formules suivantes :

Pommade pour le teint.

Huile d'amandes amères	3	grammes.
Blanc de baleine.	6	—
Cérat de Galien.	30	—

M. S. A.

Pommade pour le teint.

Huile d'amandes amères.	4	grammes.
Beurre frais	20	—
Axonge.	20	—
Suif de mouton.	10	—

Lavez plusieurs fois à l'eau de rose et ajoutez :

Cire.	q. s.

Pommade pour les boutons.

Bicarbonate de soude	2	grammes.
Glycérine.	4	—
Pommade de blanc de baleine. .	30	—

M. S. A.

Pommade pour le teint gras.

Acétate de zinc.	0,10	centigr.
Cold-cream.	30	grammes.
Essence de roses		— X gouttes.

M. S. A.

Comme pour les lotions, il vaut mieux appliquer les pommades le soir. Il faut toujours les employer modérément, et même essuyer doucement au bout d'un quart d'heure, de manière à ce qu'il ne reste qu'une couche très-légère, que l'on enlève à l'aide d'une des lotions que j'ai formulées cidessus, et qui alors ne doivent être faites, bien entendu, que le matin.

Maintenant il faut se garder de toute application non-seulement irritante, mais encore malencontreuse, et à plus forte raison de ces pommades ou de ces eaux que l'on vante comme infaillibles dans tous les cas et pour tous, absolument comme un tailleur qui n'aurait qu'un habit pour toutes les tailles.

Enfin, pour conserver la fraîcheur du teint, on a quelquefois employé des pâtes que l'on étend sous forme de masque sur le visage, pendant la nuit, et qu'on enlève le matin, avec de l'eau de cerfeuil.

Masque du visage.

Farine d'orge mondé.	90 grammes.
Miel blanc de Narbonne.	35 —
Blanc d'œuf.	1

On mélange et forme une pâte. (Séjour des Thons.)

Autre.

Cire blanche	30 grammes.
Huile d'amandes douces.	60 —
Graisse de chevreau.	30 —
Blanc d'amidon.	q. s.

Pour faire une pommade à consistance médiocre, pour oindre le visage le soir.

§ II.

Les Cheveux.

> Disposez avec art votre chevelure ; le plus ou moins de soin y met toute la grâce. Il est plus d'une manière de l'arranger; que chacun sache s'approprier celle qui lui sied le mieux : son miroir doit là-dessus lui servir de conseil.
>
> (Ovide. *Art d'aimer*, liv. III.)

Les anciens, amis passionnés de la forme, attachaient une grande importance à la chevelure; car

elle renfermait une question de beauté, et elle devenait pour eux la source et l'occasion d'un grand nombre de ces mythes ingénieux, qui leur plaisaient si fort [1]. Aujourd'hui encore, il n'est personne qui ne sente ce que la disposition, la forme et la couleur des cheveux peuvent donner d'expressions différentes à la physionomie ; quel rôle joue la chevelure dans l'air de dignité personnelle dont l'homme aime à se revêtir, quelle part de grâce et de charme lui revient dans ce tout indéfinissable qu'on appelle la beauté.

Si l'on signale çà et là quelques exemples de mépris pour les soins de la chevelure (les Hiberniens laissaient croître toute leur chevelure et s'en servaient pour essuyer leurs mains salies par d'ignobles repas), en général, on retrouve partout pour les cheveux le même amour, le même culte, souvent exagéré. Les femmes surtout ont, à toutes les époques, attaché à la chevelure une idée de beauté qui s'est traduite par tous les raffinements du luxe et de la toilette.

Guyon [2], définissant la beauté corporelle, parle ainsi des cheveux : « Sur le devant principalement,

[1] *Traité des maladies du cuir chevelu,* Paris, 1850, Alphée Cazenave.

[2] *Miroir de beauté,* dans le *Cours de médecine*, Lyon, 1664.

« ils doivent être crépus et frisez, de médiocre lon-
« gueur aux hommes ; et aux filles et femmes,
« longs, copieux, de couleur blonde comme l'or,
« ondez et reluisants. »

La chevelure d'une femme est belle à la condition d'être longue et abondante, de retomber en ondes molles et soyeuses, d'avoir de la finesse, de l'éclat, et surtout certaines couleurs plus ou moins privilégiées. Aujourd'hui nous ne comprendrions pas la déesse de la beauté sans des cheveux tombant à flots jusqu'à ses pieds. La frisure naturelle a pour nous tout le charme que les anciens lui accordaient. Les artistes du moyen âge ont pu seuls, égarés par l'exaltation d'une foi austère, imaginer pour leur types de beauté séraphique, des chevelures plates et roides, encadrant des visages dont pas un pli ne ridait la béate immobilité.

Quant à la couleur qui concourt le mieux à la beauté des cheveux, c'est un point qui est au moins très-controversé aujourd'hui, et il serait très-téméraire de prétendre établir la supériorité d'une nuance sur une autre. Il n'en est pas de même pour l'antiquité, et si l'on écoute la tradition, qui se trompe rarement, il est permis de croire que le blond doré a été autrefois ce que l'on pourrait appeler la couleur privilégiée. Les plus beaux types

anciens, Achille, Ménélas, Méléagre, étaient blonds. Bacchus, cet idéal de la beauté antique, avait une chevelure dorée (χρυσεόκομα, *Iliade*). Le beau Narcisse, favori d'Apollon, était d'un blond pâle et mélancolique. Orphée, dans le tableau qu'il a peint de Circé, cette redoutable enchanteresse, la représente avec une chevelure ardente comme les rayons du soleil. Catulle chante les cheveux d'or de Bérénice.

Le blond Phébus est un type devenu banal. A Rome, les cheveux blonds étaient particulièrement en faveur : Messaline cachait ses cheveux noirs sous une perruque fauve.

. . . . Nigrum flavo crinem abscondente galero.
(JUVÉNAL.)

Il y avait cependant quelques exceptions à ce goût des anciens. Les Égyptiens, et en général les races arabes, affectaient un grand mépris pour les chevelures blondes. Apulée vante dans la belle Photis ses cheveux noirs comme l'ébène. Horace célèbre Lycé aux yeux et aux cheveux noirs. Enfin, Salomon, ce roi sage entre tous et grand amateur de la beauté, exalte dans sa bien-aimée sa chevelure noire et brillante comme l'aile du corbeau.

Si nous descendons jusqu'à nous, nous voyons

qu'à part, peut-être, l'époque même où nous vivons, le blond rutilant, si cher aux païens, a gardé presque généralement la valeur artistique et poétique dont il était entouré.

Quoi qu'il en soit, après avoir été pour l'enfance une auréole ingénue, la chevelure ajoute à la dignité, à la majesté de l'homme; elle relève et encadre heureusement tout ce qui, pour le visage de la femme, est attrait et beauté ; elle devient même, pour le vieillard, une des plus puissantes causes du respect dont on l'entoure ; aussi comprend-on très-facilement l'intérêt et l'importance que comporte son hygiène.

Il ne faut pas oublier, qu'expression assez fidèle de l'état général, intimement liée au reste de l'économie, la chevelure la plus belle, ou au moins celle qui se trouve dans les meilleures conditions, atteste la meilleure constitution, l'état de santé le plus parfait : aussi certaines causes générales que malheureusement il ne dépend pas toujours de l'homme d'éviter, semblent avoir une influence directe et immédiate sur la chevelure. Ainsi la tête blanchit ou se dégarnit de bonne heure à la suite d'inquiétudes, de travaux excessifs, de veilles prolongées, à la suite de passions, après certaines émotions morales vives, un violent chagrin, une

frayeur extrême. Adrien Junius a cité le fait, tant de fois reproduit, de ce seigneur qui, surpris avec une jeune fille de la cour, dans le jardin du roi, fut condamné à mort pour crime de lèse-majesté, et qui fut si frappé de ce terrible arrêt, que tous ses cheveux blanchirent en une seule nuit. Lorry a raconté le même phénomène à propos de Saint-Vallier, frappé de canitie subite en apprenant que sa fille, Diane de Poitiers, était devenue la maîtresse du roi.

La chevelure blanchit et les cheveux tombent quand la constitution a été détériorée par la misère, les privations, le séjour dans les prisons, dans des lieux malsains, privés d'air et de lumière.

Assurément il est impossible de diminuer et, à plus forte raison, d'écarter la dose de peines et de chagrins qui incombent à chaque individu. Cependant si, dans les conditions de la vie, on peut jusqu'à un certain point éviter de s'exposer à une émotion morale un peu vive, à plus forte raison peut-on s'abstenir de veilles trop prolongées, et rompre avec certaines habitudes.

Il n'est pas inutile de rappeler à ceux qui veulent conserver leur chevelure qui se dégarnit, qu'ils ne doivent jamais, quand ils peuvent agir autrement, faire bon marché d'un régime alimentaire

bien entendu, et négliger de s'entourer des meilleures conditions d'air et de lumière.

Enfin, il y a une influence qui a été signalée dans tous les temps, et qui fait qu'il a toujours été impossible de représenter un libertin sans le figurer chauve. Sans parler ici de l'hypothèse par laquelle on a, depuis Aristote, cherché à expliquer ce fait; se rappelant que, si les femmes sont exposées aussi à perdre leurs cheveux, elles deviennent généralement chauves plus tard; que les eunuques, glabres et lisses sur tout le corps, avaient ordinairement une très-abondante chevelure; il reste bien démontré qu'il y a une coïncidence souvent grave, entre l'abus des plaisirs vénériens et la calvitie. Il est facile de saisir les indications qui résultent clairement de ces diverses circonstances, sans qu'il soit besoin de formuler des conseils.

En dehors de ces influences générales, il ne faut pas croire cependant que rien n'est plus simple et plus facile que de conserver une chevelure et de la protéger contre une foule d'atteintes locales. Un grand nombre de pratiques diverses, certaines habitudes de se couvrir la tête, les coiffures, les exigences de la mode, les cosmétiques, les soins même mal entendus de la chevelure, sont autant d'influences qui luttent incessamment contre elle.

Ainsi il existe encore un trop grand nombre d'individus qui, insoucieux de leur chevelure, la laissent inculte et n'ont pas l'habitude des plus légers soins. Sans parler de plusieurs éruptions que peut déterminer cet oubli, et dont je n'ai pas à m'occuper ici, il en résulte un état permanent de malpropreté, sous l'influence duquel le cheveu s'altère, perd son éclat, sa souplesse ; et la chevelure se dégarnit. Ici encore le conseil est très-simple ; il se traduit par un mot : propreté.

Les pratiques hygiéniques consistent : à passer de temps en temps le peigne fin dans la chevelure ; à se servir habituellement du démêloir ; à séparer les cheveux avec soin et à plusieurs reprises, pour les aérer pendant quelques minutes ; à faire usage surtout de la brosse qui présente le double avantage de bien nettoyer le cuir chevelu, et de provoquer une sorte d'excitation qui facilite les fonctions du bulbe. Le soir, il est bon d'imprimer aux cheveux une direction convenable pour éviter qu'ils ne prennent de mauvais plis, que l'on ne peut redresser ensuite qu'en les tourmentant, souvent même au risque de les casser.

D'un autre côté, il y a des personnes qui poussent jusqu'à l'excès le culte de la chevelure, surtout parmi celles qui sont douées des plus beaux che-

veux. Ainsi beaucoup de femmes ont, dans les soins ordinaires de la toilette, l'habitude de serrer leurs cheveux au point de tirailler la peau, de les tourmenter, de les tordre, pratiques qui ont pour premier effet de casser le poil, de fatiguer le cuir chevelu, et qui finissent par altérer le bulbe lui-même.

En général, on abuse du peigne fin, surtout aux séparations de la coiffure, point que l'on aime particulièrement à tenir propre; aussi voit-on principalement la chevelure se dégarnir dans le sens de ces séparations, et souvent plus encore en arrière, à la nuque, là où le poil est le plus fortement tiraillé.

Le plus souvent les exigences de la coiffure sont encore plus funestes à la conservation des cheveux.

En général, il faudrait rejeter comme mauvaises toutes les coiffures qui ne laissent pas les cheveux à peu près libres, lisses et relevés, sans être tordus, tiraillés, fatigués, etc., à plus forte raison celles qui nécessitent l'intervention d'une frisure artificielle. La chaleur du fer a pour résultat certain de dessécher le poil, de le rendre plus cassant, de brûler la peau, et d'altérer les fonctions du cuir chevelu.

Sed tibi nec ferro placeat torquere capillos,
Nec tua mordaci pumice crura teras:
Forma viros neglecta decet. (Ovide.)

« Renonce au futile plaisir de friser les cheveux avec un fer chaud ou de polir avec la pierre fine les inégalités de ton épiderme : la simplicité est la parure qui convient à l'homme. »

Des considérations qui précèdent découle une indication naturelle : c'est que la coiffure qui convient le mieux aux femmes est celle qui tient les cheveux doucement relevés, serrés le moins possible; celle qui consiste à les lisser soigneusement, à les disposer en larges bandeaux, de manière à ce qu'ils soient facilement et toujours aérés ; à les démêler matin et soir, à les brosser avec soin et légèreté, à les enrouler mollement. Et si, pour les besoins de la coiffure, on est obligé de les serrer, de les nouer fortement, il faut avoir le soin de les laisser reposer, de les tenir flottants pendant quelques instants, matin et soir.

Parmi les exigences de la toilette, il faut signaler les cosmétiques, dont l'usage le plus souvent est inutile, et quelquefois fâcheux, et par leur composition et surtout par leur application inopportune.

J'ai vu un grand nombre de personnes qui ont conservé longtemps une abondante chevelure, sans s'être jamais servies d'autre chose que du peigne et de la brosse.

Cependant il y a des cas nombreux où, soit par

fantaisie et routine, soit dans le but de conserver une chevelure, sans même qu'elle semble se dégarnir, on a recours à des topiques que l'on prend sans discernement ; et par un choix inopportun on provoque inévitablement une altération que l'on voulait éviter. Ainsi, chez les uns, les cheveux sont habituellement secs, et l'absence ou la diminution de la sécrétion destinée à les lubrifier fait qu'ils n'ont pas tout leur éclat et qu'ils cassent facilement. Si, comme il arrive trop souvent, on a l'habitude de les mouiller, pour leur donner une souplesse et une fraîcheur qui ne sont que passagères, on les rend plus secs et plus cassants encore, et l'on facilite leur chute.

En général, même dans un état normal de la chevelure, c'est une mauvaise pratique, que celle qui consiste, comme le font certains hommes, à se baigner largement la tête matin et soir, à la plonger même dans l'eau froide. Cette remarque est applicable, en petit, au soin que prennent souvent les femmes de se mouiller incessamment les bandeaux, pour rendre momentanément les cheveux plus lisses et plus foncés. Ce sont des pratiques mauvaises et qui hâtent assurément le moment de la calvitie. Avant de quitter ce sujet, pour généraliser l'observation, j'ajouterai que les bains froids, et mieux les

bains de mer, sont ordinairement ennemis de la chevelure.

Chez quelques personnes, non-seulement les cheveux perdent leur éclat et leur souplesse, mais naturellement et pour peu qu'on les tourmente, ils se brisent facilement, ils prennent une direction vicieuse, ils se bifurquent à la pointe, et ils ont une tendance bien manifeste à s'emmêler. Il faut bien se garder, surtout alors, de les rafraîchir même. La nouvelle pointe se bifurque à son tour. Si l'on continuait, le même phénomène se reproduisant incessamment, on arriverait à une tonsure complète. Il faut démêler les cheveux avec soin et précaution, les couvrir soigneusement, le soir, pour leur imprimer une bonne direction. C'est le cas enfin de l'emploi rationnel des corps gras, des cosmétiques sous forme de pommades, d'huiles. La formule la plus simple est la meilleure, et il importe d'être réservé dans le choix, suivant l'impressionnabilité du cuir chevelu, l'âge de la personne, l'état actuel des cheveux, leur couleur, d'autant mieux qu'alors le cuir chevelu a une grande tendance à l'inflammation. Je conseille presque exclusivement la pommade suivante :

Moelle de bœuf préparée.	30 grammes.
Huile d'amandes amères.	10 —

Mêlez.

Il faut avoir soin d'en oindre les cheveux non-seulement dans leur longueur, mais aussi à la racine, en écartant la chevelure.

Je citerai quelques formules parmi celles que l'expérience a surtout recommandées.

Moelle de bœuf	60	grammes.
Huile d'amandes	40	—
Essence de bergamote	2	—
— de citron	4	—

M. S. A.

Pommade à la violette.

Axonge	125	grammes.
Pommade à la cassie	25	—
— à la rose	25	—

Mêlez.

Huile antique.

Huile de Ben	50	grammes.
Teinture d'ambre	0,50	centigr.
Essence de bergamote	0,25	—

Mêlez.

Huile antique à l'héliotrope.

Huile à la rose	60	grammes.
— à la vanille	30	—
— au jasmin	10	—
— à la tubéreuse	8	—
— à la fleur d'oranger	8	—
Essence d'amandes	I	goutte.
— de girofle	I	—

M. S. A.

On a dit que l'huile pour les cheveux, outre qu'elle les rend doux et brillants, a l'avantage inappréciable de les rendre inhabitables.

Dans des conditions tout opposées, les cheveux sont trop gras et humides ; ils perdent leur éclat ; ils sont ternes, mats, plus foncés ; ils perdent aussi de leur souplesse ; ils sont collés comme par paquets. La sécrétion trop abondante laisse déposer sur le cuir une crasse incessamment reproduite et enlevée par les soins de la toilette. C'est la cause assez fréquente d'une certaine alopécie. Pour y remédier, on accumule pommade sur pommade, et l'on augmente incessamment le mal qu'on veut guérir. Ajoutons que, malheureusement encore, ne faisant attention qu'à la chute des cheveux, on se hâte d'appliquer des topiques irritants qui activent l'hypersécrétion et, par conséquent, entretiennent les causes qui détruisent si facilement la plus belle chevelure.

Il faut, dans ce cas, s'abstenir de toute espèce d'huiles et de pommades. Je conseille de saupoudrer de temps en temps, le soir, avec un peu d'amidon, et de nettoyer soigneusement la tête, le matin, avec une brosse.

On peut avoir recours aussi à une des lotions suivantes :

Eau	250	grammes.
Carbonate de soude, de	2 à 4	—

Faites dissoudre et ajoutez deux jaunes d'œufs que l'on bat bien.

Chlorate de potasse	2	grammes.
Eau de roses	250	—

Faites dissoudre.

Borate de soude	2	grammes.
Eau distillée	250	—
Essence de Portugal	1	—

F. S. A.

Ammoniaque liquide	1	gramme.
Eau de roses	250	—

F. S. A.
Pour lotions le matin.

Ces divers topiques, et tant d'autres qui d'ailleurs ne sont pas toujours employés seulement pour des chevelures trop sèches ou trop humides, ne devraient l'être réellement que quand ils sont d'une absolue nécessité et, dans tous les cas, il faut les appliquer modérément et dans de certaines limites. Les corps gras présentent en outre un inconvénient commun : celui de rendre la tête plus difficile à nettoyer; de s'ajouter comme corps étrangers à tous les produits sécrétés par le cuir chevelu, et par leur composition, mal applicable à tel ou tel individu, peuvent produire une irritation qui aug-

mente au lieu de faire disparaître l'inconvénient que l'on veut combattre. A plus forte raison, si les agents, huile ou graisse, ne sont pas bien frais, et s'ils rancissent.

Ce qui veut dire que la propreté, le peigne et la brosse sont, sans contredit, les meilleurs agents de la conservation de la chevelure.

Dans le but de préparer pour l'avenir une chevelure plus belle, on a proposé de couper de temps en temps l'extrémité des cheveux, de les rafraîchir, comme on dit, quelquefois même de les raser. Enfin, plusieurs mères ont fait couper les premiers cheveux de leurs filles à la seconde enfance, dans cette pensée qu'ils n'atteindraient jamais cette richesse, cette abondance qu'elles se croyaient en droit d'espérer d'une seconde chevelure.

Cette dernière opinion est une erreur, et les chevelures les plus belles, les plus abondamment longues que j'aie vues, étaient celles auxquelles le ciseau n'avait jamais touché. Or, ce n'est pas la peine, pour un résultat plus qu'incertain, de manquer à ce respect que les Romains et les Grecs avaient pour la chevelure des enfants, qu'ils regardaient comme une robe d'innocence dont rien ne devait ternir la virginité. Quand, devenus adultes, les hommes prenaient la virilité, la coupe de leurs cheveux donnait

lieu à une cérémonie solennelle. Jusque-là elle aurait déshonoré, comme a dit le poëte, le printemps de leur vie.

Ce que je viens de dire est applicable à la facilité déplorable avec laquelle telle mère fait le sacrifice des cheveux de sa fille, et la fait raser, parce que depuis quelque temps les cheveux sont moins brillants et la chevelure se dégarnit. En-dehors des cas de maladie, ceux dans lesquels il est utile de raser le cuir chevelu sont excessivement rares; et comme c'est un sacrifice qui, à mes yeux, est énorme, je crois que rationnellement ils n'existent pas.

Quant à la pratique qui consiste à les rafraîchir, sans y voir de grands avantages, je n'y trouve pas non plus de réels inconvénients; elle peut même être utile de temps en temps, dans les cas où une chevelure trop abondante semble fatiguer l'enfant, et aussi peut-être, dans un autre sens, quand la chevelure paraît languir et se dégarnit un peu.

Dans tous les cas je la préfère à la rasure, que je ne saurais trop repousser.

En dépit des soins les mieux entendus, et à plus forte raison quand tous les soins ont été négligés, il arrive souvent que, sous l'influence de l'âge ou par suite de toute autre cause, la tête se dégarnit et l'on devient chauve. C'est d'ailleurs un phéno-

mène très-fréquent, puisque, chez les hommes en général, elle constitue, à un certain âge, un état pour ainsi dire normal, auquel fait exception la persistance de la chevelure dans la vieillesse. Cette calvitie, qui en moyenne ne devrait commencer que vers la cinquantième année de la vie, est quelquefois prématurée, soit par une disposition héréditaire, soit à la suite d'excès, de chagrins, de travaux.

L'alopécie frappe plus tôt et plus complétement les hommes que les femmes. Elle a le plus souvent pour cachet spécial l'incurabilité. On a cependant vanté une foule de compositions, toutes infaillibles, mais de nom seulement. Toutefois un assez grand nombre peuvent être essayées sans inconvénient.

Depuis la graisse d'ours, qui a été recommandée par Cléopâtre, on a vanté, je crois, pour faire pousser les cheveux, tous les corps gras possibles. Je n'en finirais pas, si je voulais donner ici, même en partie, la liste des préparations, souvent des plus bizarres, qui ont été vantées. Je me contenterai d'en citer quelques-unes auxquelles on peut avoir recours, et avec lesquelles j'ai obtenu de véritables résultats :

Moelle de bœuf.	30	grammes.
Teinture aromatique.	4	—

M. S. A.

Pour onctions, après avoir frictionné légèrement, avec un linge imbibé de la liqueur suivante :

Teinture de sulfate de quinine.	parties égales.
Teinture aromatique	

Mêlez.

Solution ammoniacale.

Ammoniaque liquide.	2	grammes.
Essence d'amandes amères. . . .	2	—
Esprit de romarin	30	—
Eau de roses.	350	—

Pour lotions une fois par jour.

Pommade à l'huile de ricin.

Pommade à la tubéreuse.	125	grammes.
Huile de ricin.	60	—
— d'amandes.	60	—
Essence de bergamote.	2	—

F. S. A.

Huile de romarin.

Huile d'amandes douces.	30	grammes.
Esprit de romarin	30	—
Huile de muscade.	1	—

Mêlez. — Pour frictions tous les soirs.

D'ailleurs, si, comme le dit Lorry, il n'y a rien de plus rare qu'un homme chauve recouvrant des cheveux ; au point de vue de l'hygiène, on peut conseiller l'emploi de ces cosmétiques, dans une

calvitie prématurée, récente, survenue à une époque de la vie où elle n'est pas l'apanage de l'âge et sans se faire trop d'illusions sur le retour des cheveux, on peut espérer arrêter leur chute et conserver plus longtemps ce qui reste de la chevelure.

Enfin, après avoir parlé des moyens de conserver, de réparer la chevelure, restent les cas où la perte est irréparable, et où il n'y a plus qu'à remédier à la calvitie, à remplacer les cheveux que l'on a perdus, ou à accepter raisonnablement l'ouvrage de la nature et du temps.

A toutes les époques, on a proposé la teinture des cheveux pour dissimuler les outrages du temps. Pline cite un grand nombre de préparations cosmétiques, employées chez les Romains

. . . . Coma tum mutatur ut annos
Dissimulet viridi cortice tincta nucis. (TIBULLE.)

Les bains de myrte prévenaient la calvitie, et la graisse d'ours, déjà à cette époque, faisait, comme de nos jours, pousser les cheveux.

Mais on employait encore la teinture pour changer la couleur d'une chevelure intacte et normale : cette pratique est très-ancienne. L'enchanteresse Médée, qui avait le don de rajeunir, était probablement une praticienne habile dans l'art de teindre les cheveux.

Les chevelures dorées étaient encore en vogue au moyen âge, et l'on trouve à ce sujet dans les auteurs les recettes les plus extraordinaires, depuis le foie de corbeau et la fiente d'hirondelle (Bender), jusqu'à la lessive de cendres de sarment et aux fleurs de thapsus barbatus (Liébaut).

Mais aujourd'hui le noir est à peu près la seule couleur recherchée par des moyens artificiels.

Et cependant, si c'est pour remplacer une couleur naturelle, mais de mauvais aloi, on peut manquer complétement son but, commettre, au point de vue de la physiognomonie générale, un véritable contre-sens. En effet tout concourt dans la machine humaine à faire un tout harmonieux : la forme, la stature, la peau, la chevelure, la démarche.

Les cheveux blonds sont l'apanage d'un tempérament lymphatique; ils accompagnent une peau fine et blanche, des yeux bleus, une démarche douce et noble. Les cheveux noirs appartiennent à une constitution bilieuse, à un tempérament nerveux; ils ombragent une peau légèrement fauve et bistrée; ils vont à des yeux vifs et noirs, à une démarche fière et hardie. Les cheveux roux accompagnent un mode de constitution tout particulier, quoique se rapprochant du type blond; la peau alors a une transparence, une fraîcheur, une sorte de limpidité qui est la compagne exclusive de cette sorte de chevelure.

Si l'on s'avise de teindre en noir les cheveux roux, par exemple, quelle signification auront alors des yeux doux et tranquilles, cette peau si fine, si susceptible que le soleil semble la pénétrer de la poussière de ses rayons, sous forme de taches lentigineuses? Ce détail introduit dans l'ensemble physiognomonique en détruit l'harmonie et deviendra si choquant qu'un œil tant soit peu exercé reconnaîtra que les cheveux sont teints.

Ces inconvénients existent évidemment à un degré moindre, quand la teinture n'a pour but que de dissimuler les décolorations partielles de la chevelure; mais alors, outre la difficulté de reproduire exactement la nuance naturelle des cheveux, à mesure que les cheveux repoussent, la décoloration partielle se reproduit, et fait mentir la teinte artificielle. Enfin, si la décoloration est très-étendue, elle exige une teinture répandue largement sur la tête, et il résulte souvent, chez un vieillard par exemple, que les cheveux aient un éclat, une nuance qui sont en contradiction évidente avec une peau fanée, flétrie, des rides, etc....

L'expérience a suffisamment établi que les préparations employées pour la teinture des cheveux sont loin d'être toujours sans inconvénients, bien que, dans une louable pensée, sans doute, on ait beaucoup exagéré leurs dangers. Ainsi il est diffi-

cile de prendre au sérieux ces symptômes d'empoisonnement produits par l'usage d'un peigne en plomb, passé dans les cheveux. Mais les inconvénients qui résultent de l'action de certains de ces cosmétiques, sur la peau, ou sur le cheveu lui-même, sont réels et assez nombreux. J'ai vu bien des terreurs, pour des inflammations quelquefois assez vives, des brûlures, des dépilations graves déterminées localement par une teinture trop forte ou mal appliquée. J'ai vu bien des désespoirs, pour une vilaine couleur rouge ou jaune obtenue alors que l'on attendait une teinte d'un beau noir. Mais c'est surtout par rapport au cheveu lui-même, que ces cosmétiques sont généralement une cause très-active de détérioration. Ils brûlent le poil, altèrent la capsule pilifère, nuisent aux sécrétions nécessaires au cheveu, hâtent et favorisent inévitablement la calvitie. Comme ordinairement on ne met personne dans la confidence de ces tentatives de transformation et de rajeunissement, on ne saurait jamais se trop bien renseigner sur le mode d'emploi de ces cosmétiques, ni les employer avec trop de précaution et de prudence.

En général, il me paraît hors de doute qu'il vaut mieux, à tous égards, s'abstenir de ces pratiques, qui, au point de vue de l'hygiène de la chevelure et de la beauté même, ne sont pas sans

inconvénients. Mais qui peut se flatter de faire accepter ces propositions? Depuis des siècles, les praticiens ont signalé les dangers de ces cosmétiques, et, depuis des siècles, leur usage ne s'est effacé ni amoindri. Aujourd'hui, comme au temps des Aspasie et des Cléopâtre, on cherche, par tous les moyens et à tout prix, à dissimuler les ravages que le temps fait subir à la chevelure. Et personne ne pense à s'adresser cette parole d'Auguste à sa fille : *Aimerais-tu mieux être chauve que blanche ?*

Il me reste donc, sous le bénéfice de toutes ces réserves, bien entendu, à signaler ceux de ces cosmétiques qui sont le plus sérieusement conseillés.

Pommade pour teindre les cheveux en noir.

Cire blanche.	125	grammes.
Huile d'olive.	360	—
Faites fondre et ajoutez :		
Charbon de liége.	60	—

Pour colorer les cheveux de temps en temps à l'aide du démêloir.

Pommade noire.

Poudre d'azotate d'argent. . . .	0,60	grammes.
— de chlorhydrate d'ammoniaque.	0,60	—
Axonge fraîche.	60,00	—
Huile de roses.	VIII	gouttes.

Pour s'en servir une fois par jour comme pommade.

Poudre pour teindre en brun.

Litharge	60	grammes.
Chaux éteinte	30	—
Amidon	30	—
Soluté de potasse	8	—

Faites une poudre homogène.

On forme avec de l'eau une pâte claire. On la met sur les cheveux à l'aide d'un pinceau. On couvre la tète avec un bonnet de taffetas. Au bout de quatre à six heures, on lave les cheveux.

Pâte pour teindre en noir. (Dorvault.)

Azotate d'argent	15	grammes.
Proto-azotate de mercure	15	—
Eau distillée	125	—

Faites dissoudre, filtrez, lavez le dépôt avec suffisante quantité d'eau distillée, pour obtenir 165 grammes de soluté.

On fait une pâte claire avec q. s. d'amidon, et on enduit les cheveux avec précaution. L'opération se fait le soir. On recouvre la tête de taffetas gommé; le lendemain on se lave, et l'on applique de suite sur les cheveux un corps gras quelconque.

Lotion contre les cheveux blancs.

Vin rouge	60	grammes.
Sulfate de fer	1	—

Faites bouillir une minute, laissez refroidir.

Pour lotions deux fois la semaine.
Laissez sécher.

Soluté pour noircir les cheveux.

Nitrate d'argent.	4 grammes.
Eau distillée.	30 —
Vert de vessie.	q. s.

Pour colorer.

On applique à l'aide d'un peigne fin trempé dans le liquide, et en évitant de toucher la peau.

Teinture pour colorer en brun.

N° 1. —	Sulfure de potassium. .	28 grammes.
	Eau.	170 —
N° 2. —	Nitrate d'argent. . . .	28 —
	Eau de roses.	225 —

Teinture pour colorer en noir.

N° 1. —	Sulfure de potassium. .	28 grammes.
	Eau.	170 —
N° 2. —	Nitrate d'argent. . . .	28 —
	Eau.	170 —

Se servir d'abord du n° 1, et, quand les cheveux sont secs, appliquer le n° 2.

Il faut que le sulfure soit nouvellement fait, autrement il donnerait une teinte jaune.

C'est peut-être la meilleure teinture, mais désagréable par son odeur.

Autre.

Hydrosulfure d'ammoniaque. . . .	30	grammes
Soluté de potasse.	12	—
Eau distillée.	30	—

Mêlez et étiquetez soluté n° 1.

Azotate d'argent.	4	—
Eau distillée.	60	—

Mêlez et étiquetez n° 2.

On applique d'abord sur les cheveux le soluté n° 1 avec une brosse, pendant quinze à vingt minutes. Le soluté n° 2 est ensuite appliqué avec une seconde brosse, pendant qu'avec l'autre main on sépare les cheveux de manière à les atteindre partout.

Enfin, la calvitie est souvent au-dessus des ressources de l'art, principalement quand elle est le résultat de l'âge. Pour remplacer la chevelure, reconnue nécessaire au double point de vue de l'utile et de l'agréable, on a imaginé des coiffures artificielles, appelées postiches.

En laissant de côté les inconvénients que les postiches peuvent avoir sous le rapport hygiénique,

et pour ne les envisager qu'au point de vue de la beauté, comme vêtement suppléant les cheveux que l'âge ou toute autre cause a fait disparaître, remplissent-elles le but qu'on s'est proposé ? Le doute est au moins permis. Qui n'a pas vu des perruques juvéniles, portées par des vieillards dont les rides leur donnaient le plus violent démenti ? Quel est l'œil exercé qui ne découvre la calvitie sous une perruque luxuriante? Il est probable que, dans tous les cas, les cheveux blancs, que l'on prétend cacher, la calvitie même, siéraient mieux à l'air que les postiches, si bien faits qu'ils soient d'ailleurs. Ce que je dis ici. s'applique surtout aux hommes ; quant aux femmes, elles peuvent trouver, à un certain âge, une espèce d'attrait de plus dans la calvitie qui les effraye ; il leur est facile d'ailleurs d'y remédier par l'emploi de coiffures harmonisées à leur visage.

En résumé, l'hygiène de la chevelure consiste dans des soins bien entendus de propreté, dans un culte assidu, mais sage et bien réglé, dans un entretien incessant, dans l'emploi prudent de cosmétiques rationnels, dans l'observation rigoureuse de ce principe dominant : qu'il faut suivre et aider la nature, sans chercher ni à la fausser ni à la contraindre.

§ III.

Le Front.

Le front est la porte de l'âme, le temple de la pudeur.

Le front est cette partie du visage qui s'étend d'une tempe à l'autre, depuis le cuir chevelu jusqu'aux sourcils. C'est, au point de vue de la beauté, une des parties les plus importantes du visage ; pour les physionomistes, c'est assurément la plus caractéristique.

« Pour être parfaitement bien, dit Lavater, le front doit se trouver dans la plus exacte proportion avec le visage, égaler en longueur et le nez et la partie inférieure. Il doit être dans la direction du nez, et s'unir avec cette partie, en laissant voir à peine une légère inflexion. Cette disposition constitue le profil grec. »

Dans sa largeur, il doit approcher vers le haut ou de l'ovale ou du carré.

Exempt d'inégalités et de rides permanentes, il doit pourtant en être susceptible. Il doit reculer par

le haut et avancer du bas. La couleur de la peau doit être plus claire que celle des autres parties du visage.

Les anciens Romains regardaient la petitesse du front, quand elle n'était pas excessive, comme un trait de beauté.

> Insignem tenui fronte Lycorida
> Cyri torret amor. (HORACE.)

Suivant Winckelmann, le front court est tellement approprié à toutes les têtes idéales et aux figures de jeunesse de l'art antique, que cette forme suffit pour faire distinguer un ouvrage ancien, d'un ouvrage moderne.

Évidemment, il y a plusieurs genres de beauté pour le front; ainsi on ne peut assurément se dissimuler la majesté attachée à sa hauteur, quoique, en général, les fronts courts soient plus expressifs, plus agréables que les fronts élevés, au moins au point de vue de la beauté de la femme.

Les Circassiennes, pour faire paraître le front plus petit, se peignent les cheveux du toupet en avant, de façon qu'ils descendent presque jusqu'aux sourcils.

D'après Arnobe, les femmes qui avaient le front

élevé en couvraient le haut avec un bandeau pour le faire paraître plus court. Pour donner au visage la forme ovale et le complément de la beauté, il faut que les cheveux qui couronnent le front fassent le tour des tempes, en s'arrondissant, conformation qui se trouve à toutes les belles femmes (Lavater).

Si, dans la composition du front, il y a une partie solide, osseuse, qui résulte de sa conformation première, et qui ne change jamais, il jouit cependant d'une mobilité qui contribue singulièrement à l'expression variée du visage. C'est qu'il y a aussi une partie molle, mobile, composée de la peau et des muscles, et qui, sous l'influence de l'action de la pensée, des sensations de la douleur, des passions, etc., imprime à cette partie du visage des modifications passagères ou permanentes, sous la forme de plis, de rides, qui sont pour beaucoup dans les dénominations diverses qui ont été données au front, depuis le front serein, noble, jusqu'au front d'airain.

La beauté du front ne consiste donc pas seulement dans sa grandeur, dans sa forme ronde ou carrée, mais aussi dans la majesté, la sévérité, la grâce de son expression.

Les rides permanentes du front sont communément l'effet de l'âge. Cependant elles s'y gravent

de bonne heure chez les personnes d'un caractère réfléchi, habituellement tristes, mélancoliques ou adonnées à des travaux sérieux et opiniâtres.

La peau du front n'est pas toujours blanche et intacte. Il rougit sous l'influence de plusieurs sentiments : la pudeur, la modestie, la frayeur, la honte, l'indignation.

Ces rougeurs sont fugaces et passagères; mais quand elles se produisent avec trop de facilité, quand elles reviennent avec trop de fréquence, il faut autant que possible ne pas se laisser aller de bonne heure à une sensibilité exagérée, et se roidir de toutes ses forces contre cette tendance au retour de ces congestions que j'ai vues plusieurs fois devenir permanentes et constituer une maladie, je dirai presque une infirmité, souvent douloureuse, et toujours extrêmement pénible moralement. J'ai vu des jeunes filles chez lesquelles ces rougeurs ne disparaissaient plus, augmentées qu'elles étaient encore par des montées de sang, de véritables poussées quotidiennes et même plus fréquentes.

Sans doute, dans le plus grand nombre des cas, on constate un trouble de la santé générale qui coïncide avec ces rougeurs, et qu'il faut combattre; mais le plus souvent elles avaient débuté par ces colorations fugaces, passagères, nées sous l'influence

d'une sensibilité exagérée; aussi, aux jeunes personnes chez qui apparaissent ces rougeurs du front, je ne saurais trop recommander d'y apporter une attention sérieuse, et de les combattre au début par tous les moyens hygiéniques possibles. Je ne saurais trop recommander le soin d'éviter une attention trop prolongée, soit à l'étude, soit à la lecture, surtout dans une position assise et la tête penchée, sans interrompre de temps en temps ces occupations par une distraction quelconque, par l'ambulation. Elles devront s'habituer à un exercice régulier, marcher beaucoup, en ayant soin toutefois de se garantir contre l'impression du vent et contre l'insolation prolongée ; elles devront éviter de porter des vêtements serrés; entretenir la liberté du ventre; s'aguerrir, sinon contre toutes les impressions, au moins contre celles qui n'ont de valeur que parce que l'on s'y laisse aller.

Quant au régime alimentaire : s'il est vrai que le front est quelquefois rouge, enluminé, chez les personnes adonnées à la bonne chère et qui font un usage excessif d'aliments relevés, de boissons spiritueuses ; s'il est vrai que ce n'est pas là le fait des jeunes filles; par contre il est nécessaire de ne pas laisser pâtir l'estomac, en lui refusant une nourriture indispensable; comme le font trop souvent les jeunes personnes, sous le prétexte de ne pas

augmenter les rougeurs du front et du visage.

Beaucoup d'enfants ont le haut du front couvert de cheveux; il faut bien se garder de les raser : le front en se développant, le plus souvent, fait disparaître ce petit inconvénient. On peut, si l'on veut, avec un petit pinceau, mettre une goutte d'esprit de sel dulcifié (acide muriatique alcoolisé) et frotter légèrement avec un linge. (Andry.)

A l'âge de la puberté, le front des jeunes gens est quelquefois affligé de petits boutons gris, à peine saillants (acné); ils sont le plus souvent les compagnons d'un état de santé parfait. Ils disparaissent seuls plus tard, et leur disparition est facilement aidée, par des lotions avec une infusion légère de menthe, ou de thé léger, ou tout simplement avec de l'eau tiède, additionnée de quelques gouttes d'eau de Cologne. On peut encore se servir de la lotion suivante :

Borate de soude.	0,50	centigr.
Eau de roses.	20,00	grammes.
— de fleur d'oranger.	20,00	—

Pour lotion légère.

Plus tard, le front est quelquefois le siége de taches brunâtres, qui se montrent surtout pendant la grossesse, et qu'on a appelées le masque des femmes

enceintes, mais que j'ai vues souvent aussi, en dehors de ces conditions, chez des femmes qui n'étaient point grosses, et qui n'avaient pas eu d'enfants ; elles sont souvent le résultat d'une insolation prolongée, et leur circonférence est interrompue brusquement par la couleur rosée de la peau saine, sur les points où le front commence à être abrité. Les taches brunes des femmes enceintes disparaissent, quelquefois d'elles-mêmes, après l'accouchement, mais les autres s'en vont toujours très-difficilement. On peut s'en débarrasser à l'aide des moyens suivants :

Chlorate de potasse.	2	grammes.
Eau de roses.	250	—

M. S. A.

Autre.

Ammoniaque liquide.	2	grammes.
Eau distillée.	250	—
Essence de citron.	X	gouttes.

Mêlez. — Pour lotions légères en se couchant.

Pommade.

Fleurs de soufre	1	gramme.
Huile d'anis.	2	—
Cold-cream	30	—

F. S. A. — une pommade pour oindre les taches, de préférence le soir. On lave le matin avec un peu de thé chaud.

Enfin le front semble le siége spécial de boutons, mais qui sont du domaine exclusif de la pathologie.

Quant aux rides, on a cherché à les adoucir ou à les faire disparaître par un grand nombre de moyens. J'en citerai quelques-uns.

Baume pour adoucir les rides.

Mastic	4	grammes.
Alcool à 86°	100	—
Essence de térébenthine	8	—

Faites digérer pendant 24 heures, ajoutez :

Eau	60	—

Autre.

Benjoin	4	grammes.
Miel blanc	30	—
Alcool	125	—

Faites macérer pendant 8 jours.
Pour oindre légèrement.

On peut faire des lotions avec quelques gouttes de teinture de benjoin (6 ou 8 gouttes pour un demi verre d'eau), ou avec le mélange suivant :

Lotions contre les rides.

Térébenthine	2	grammes.
Eau	12	—

Mêlez. — On fait les lotions le soir. — On laisse sécher.

5.

Pommade pour cacher les rides.

Essence de térébenthine.	10	grammes.
Mastic.	4	—
Beurre frais.	60	—

Mêlez. — Pour onctions légères.

§ IV.

Le Nez.

Non cuique datum est habere nasum.

Un beau nez ne s'associe jamais, dit Lavater, avec un visage difforme ; on peut être laid, et avoir de beaux yeux; mais un nez régulier exige nécessairement une heureuse analogie des autres traits.

Les anciens l'appelaient *honestamentum faciei.*

Le nez doit être effilé, d'une longueur égale à celle du front. Il doit présenter au milieu de sa base une ligne superficielle, qui semble le diviser en deux parties ; le bout ne doit être ni dur, ni charnu ; ni trop pointu, ni trop large ; son contour doit être dessiné avec précision ; les narines doivent être doucement ourlées ; les ailes bien dégagées et bien

mobiles; et dans ce cas elles dénotent, a-t-on dit, une grande délicatesse de sentiment, qui peut aisément dégénérer en sensualité.

Il y a un grand nombre de variétés dans la forme du nez : les peuples tartares ont généralement le nez plat ; les nègres d'Afrique, camard ; les Juifs, aquilin ; les Anglais, cartilagineux, rarement pointu.

Quoi qu'on ait dit de la négligence ou des mauvaises habitudes des nourrices comme pouvant rendre le nez des enfants plat, épaté, de travers, etc..., ce sont des conformations naturelles qu'il faut accepter, et contre lesquelles il n'y a rien à faire. Il n'en est pas de même de quelques désagréments accidentels, dont le nez plus que toute autre partie du visage semble avoir le privilége.

Ce que j'ai dit plus haut des rougeurs, passagères d'abord et plus tard permanentes, du front, est encore applicable au nez. Toutefois il y a quelque différence à établir entre ces rougeurs. Si, dans beaucoup de cas, elles sont, comme pour le front, de véritables congestions, d'autres fois elles présentent un autre caractère, et le nez seul en est atteint.

On voit souvent des personnes dont habituellement le nez est le siége d'une rougeur bien limitée, et chez lesquelles cette rougeur augmente, et de-

vient quelquefois violette, sous des influences diverses, sous celle du froid, des excès de régime, des contentions d'esprit.

J'ai vu bien des fois des jeunes filles, des jeunes femmes, à peau très-blanche, très-délicate, d'un tempérament lymphatique, être affligées d'une rougeur légère, bien limitée, à l'extrémité du nez, qui apparaît aussi pendant la digestion d'un repas, bien que modeste et simple, ou qui, véritable engelure, est ramenée ou augmentée par l'impression du froid ou de la chaleur. Lorsqu'il a été primitivement le siége de ces rougeurs, le nez prend et conserve un volume considérable.

J'ai vu des cas même où la peau amincie s'exfoliait à différents intervalles sous la forme d'une pellicule mince comme une pelure d'oignon ; mais alors cet état constitue une véritable maladie, qui demande un traitement long et difficile.

Mais, en dehors de tout état vraiment maladif, le nez grossit quelquefois d'une façon désagréable, soit à la suite de la mauvaise habitude d'y porter toujours la main, soit par suite de l'habitude plus mauvaise encore de percer et d'irriter un petit bouton, ou de presser une tanne, pour en faire sortir un brin vermiculaire de matière sébacée, qu'on prend pour un acare.

Le nez est en effet chez quelques personnes le

siége de petits points noirs, surtout sur les côtés, et qui souvent sont si rapprochés, que réellement ils constituent un petit désagrément du visage.

Naturellement, le premier conseil à donner, est de cesser les habitudes qui peuvent être la cause des ennuis que l'on veut combattre.

Quant à ces petits points noirs ou *tannes*, il faut bien se garder, je le répète, de les presser entre les ongles, ce qui a l'inconvénient de rougir et de grossir le nez, et même peut quelquefois occasionner quelque chose de plus grave. Il faut, en général, se garder d'appliquer des pommades, d'autant mieux que souvent aussi il y a dans le pli naso-génial une sécrétion grasse, sous forme d'une matière sèche, grisâtre. Il faut avoir recours à un simple lavage, avec une solution alcaline, et plus tard à une lotion légèrement astringente. On peut, dans ce cas, frotter doucement les points malades avec quelques gouttes de *vinaigre rosat*, ou mieux faire des lotions avec :

Sous-carbonate de soude.	2 grammes.
Eau distillée	250 —
Essence de roses.	VI gouttes.

Pour lotions tous les matins.

J'ajouterai, comme précaution hygiénique, que,

chez certaines personnes, la peau est tellement délicate que l'emploi, pour mouchoir, de la soie et du coton détermine des boutons et des rougeurs, et qu'en général la toile doit être seule adoptée pour cet usage.

Enfin, s'il n'est pas convenable de laisser croître, et par conséquent paraître les poils des narines, qui, chez quelques personnes, sont très-nombreux, il est dangereux de les arracher, et il faut se borner à les couper avec des ciseaux, quand ils vont dépasser le bord libre des narines.

§ V.

Sourcils, Yeux et Cils.

> Rien n'est au corps qui l'embellisse davantage et qui stimule plus à l'aimer que les yeux.
>
> (Liébault.)

Sourcils.—Les sourcils sont deux rangées de poils, en forme d'arc, qui s'élèvent de chaque côté, à l'extrémité inférieure du front. Leur nom vient de *supercilium*, sur-cil. La partie qui est du côté du nez s'appelle

a tête, et l'autre la queue. L'espace entre les deux est l'entre-cil.

Les sourcils, pour être beaux, doivent être suffisamment garnis de poils, médiocrement épais, doucement courbés. Ils doivent former une ligne convexe, en manière d'arc, et dont la cavité fasse une petite voûte au-dessus des yeux, tels que les représente *Voiture*, cité par *Andry*, en dépeignant les sourcils d'une jeune personne qu'il rencontra dans un bal.

Sur un front blanc comme l'ivoire,
Deux petits arcs de couleur noire
Étaient mignardement voûtés,
D'où ce dieu qui nous fait la guerre,
Foulant aux pieds nos libertés,
Triomphait de toute la terre.

La tête doit être plus garnie que la queue. Les poils courts, sans interruption, doivent être couchés de dedans en dehors. Les deux sourcils ne doivent pas se rejoindre, ou, au moins de nos jours, c'est regardé comme une espèce de difformité. Ils ont cependant été vantés par Ovide comme un agrément.

Arte supercilii confinia nuda repletis.

Aujourd'hui encore, ce n'est pas l'opinion de

tout le monde ; et s'il est vrai que cette disposition des sourcils donne un air de dureté, il ne l'est pas moins qu'à certains visages elle imprime un caractère de distinction sévère, qui ne manque pas de charme et d'attrait.

Les sourcils doivent être châtains ou noirs ; quelques personnes supportent désagréablement d'avoir des sourcils roux ou rouges. Il est impossible d'y remédier d'une manière définitive ; mais on peut, avec des soins journaliers, dissimuler cet inconvénient.

Les sourcils exigent, comme les cheveux, des soins de propreté, et quelques soins variés de toilette, suivant quelques conditions particulières.

Comme les cheveux, ils sont gras ou trop secs ; comme eux ils se remplissent quelquefois de pellicules farineuses plus ou moins abondantes, ou de petites croûtes brunâtres qui se dessèchent, et, en entraînant le poil dans leur chute, finissent par les dégarnir d'une manière appréciable et souvent fâcheuse.

Les peigner tous les matins, ou mieux, passer de la tête à la queue, à plusieurs reprises, une petite brosse (à dents), à peine imbibée d'eau pure ou legèrement alcoolisée avec quelques gouttes d'eau

de Cologne, sont les soins quotidiens, ordinairement suffisants.

Quand il y a des pellicules, on peut charger la brosse d'un peu de la mixture suivante :

Chlorate de potasse	0,50	centigr.
Glycérine pure	15,00	grammes.
Eau de menthe	125,00	—

Quand, au contraire, il sont trop gras, il faut les laver avec :

Borate de soude	0,50	centigr.
Eau distillée	125,00	grammes.
Essence de Portugal	1,00	—

Et même, si la matière grasse s'est concrétée en petites croûtes dures, qui menacent d'entraîner la chute du poil, il est quelquefois utile de faire, le soir au coucher, des onctions légères avec un peu d'huile d'amandes douces, ou avec la mixture suivante :

Huile de ben	30,00	grammes.
Essence de Portugal	00,25	centigr.

Le lendemain matin, on fait un lavage avec la mixture ci-dessus.

Pour remédier à l'inconvénient des sourcils trop peu garnis, on a conseillé de raser les poils, de faire des lotions chaudes avec de l'eau miellée, un peu d'huile douce, etc. Ces moyens inutiles, si cet état des sourcils est congénial, peuvent être tentés, quand, à la suite d'une cause accidentelle quelconque, ils deviennent trop peu garnis, après l'avoir été beaucoup. On peut aussi, sans rasure préalable, les lotionner, plusieurs fois le jour, avec une infusion de menthe dans le vin blanc, les frictionner légèrement matin et soir avec un linge fin imbibé de la liqueur suivante :

Sulfate de quinine.	00,25 centigr.
Alcool.	30,00 grammes.

Quant aux sourcils trop épais, ce qui, après tout, n'est pas une imperfection bien choquante, il faut bien se garder d'y passer le rasoir. On doit se contenter de les éclaircir et de les tailler avec des ciseaux.

Enfin, pour rendre momentanément les sourcils châtains ou noirs, il y a un grand nombre de moyens. Un des plus simples pour les rendre noirs consiste à faire brûler un peu d'encens et de mastic, à en recevoir la fumée, en posant une carte au-des-

sus de la flamme. Avec cette fumée, on frotte les sourcils en prenant garde de n'y pas toucher avec les doigts à nu, car ce noir s'enlève difficilement.

Pour noircir les sourcils.

Noix de galle	15	grammes.
Huile.	100	—

Broyez avec.

Sel ammoniac.	4	—

Mêlez dans un peu de vinaigre.

Pour onctions le soir. Laissez toute la nuit, et lavez le matin avec de l'eau tiède.

Pour teindre les sourcils en brun.

Écaille de fer	de chaque	30	grammes.
Limaille de plomb. .			
Vinaigre.		500	—

Faites bouillir jusqu'à réduction de moitié, décantez et lavez le poil.

Yeux.—C'est surtout dans les yeux que se peignent les images de nos secrètes agitations, et qu'on peut les reconnaître. L'œil appartient à l'âme, plus qu'aucun autre organe; c'est le sens de l'esprit, et la langue de l'intelligence. (Buffon.)

Les couleurs les plus ordinaires dans les yeux sont : l'oranger et le bleu; le plus souvent ces couleurs se trouvent dans le même œil. Les plus beaux yeux sont ceux qui paraissent bleus ou noirs.

Les paupières blanches, vermeilles, ni trop grosses, ni trop saillantes, ne surpassant pas l'orbite des yeux, comme destinées à ombrager la prunelle, ne doivent pas la laisser voir tout entière.

Les yeux paraissent plus beaux, et le regard semble plus doux, quand les cils sont longs et garnis.

La beauté vraie de l'œil est dans l'expression ; aussi se trouve-t-elle avec des conditions de tissu, de forme et de couleur différentes. — Ils sont très-beaux, les yeux dont les angles sont longs, aigus, surtout dont la direction est horizontale, dont les paupières épaisses semblent couvrir la moitié de la prunelle, qui sont d'un bleu clair, grands, ouverts, et d'une clarté transparente. — Ils sont très-beaux, les petits yeux noirs, étincelants sous des sourcils noirs et touffus. — Les yeux qui, sans être bien ronds, et entièrement ouverts, ni trop avancés, ni très-saillants, ne forment ni un angle aigu ni un angle obtus, ont un regard ravissant, mélange de force et de douceur qui vous saisit et vous attire.

« Quiconque a reçu ce don de Dieu, dit Guyon, d'avoir les yeux beaux et sains, doit soigneusement les conserver. » — Or c'est avec une négligence déplorable qu'on oublie les règles élémentaires de l'hygiène de la vue.

Ce serait une erreur de croire que cette expression mystérieuse et admirable de l'œil, qui en fait la beauté, n'est pas intimement liée à l'intégrité de l'organe. Sans parler des changements apportés par les maladies souvent graves, il suffit de signaler les rougeurs, la fatigue, l'affaiblissement de l'organe. Ménager la vue est donc un moyen de conserver aux yeux le charme de leur expression.

Ainsi, il importe de ne pas prolonger trop longtemps l'étude, un travail, une lecture, surtout pour les jeunes personnes lymphatiques, qui ont bientôt les paupières rouges, gonflées, larmoyantes.

Il faut avoir un soin très-minutieux, surtout pour les jeunes enfants, de ne pas les coucher de manière à ce que leur visage soit exposé à l'influence directe de la lumière; d'un autre part, si le berceau est placé de côté, c'est une cause de strabisme. L'enfant, dirigeant ses yeux du côté de la lumière, peut finir par loucher. Il faut donc le coucher à contre-jour.

Une autre cause de strabisme bien simple est signalée par M. Arthur Chevalier : c'est la fâcheuse habitude que l'on a de maintenir les cheveux longs; ceux-ci, venant alors à tomber sur les yeux, les masquent en partie, et donnent une fausse direction à la vision. (*Hygiène de la vue.*)

Le passage brusque de l'obscurité à une vive lumière, et même d'une vive lumière à l'obscurité, détermine une impression sur la rétine qui, répétée, nuit à l'expression des yeux, et même peut déterminer un clignotement des paupières. Il en est de même des regards souvent exposés à une lumière blanche; aussi au réveil il ne faut pas les soumettre subitement à une grande clarté; par la même raison, la chambre à coucher ne doit pas être sombre.

Souvent le matin, au réveil, les paupières sont lourdes, quelquefois légèrement collées; c'est une mauvaise chose alors de frotter les yeux; non-seulement on irrite les paupières, on rougit l'œil, mais encore, et surtout, on court le risque de faire tomber des cils. Il suffit de les laver avec de l'eau froide; c'est même, à moins d'indications morbides particulières, la seule chose qui convienne aux yeux, et qu'il faut préférer beaucoup aux lavages à l'eau chaude, et même à l'eau tiède.

Le travail excessif à la lumière artificielle, toute espèce de fatigue, les veilles prolongées et répétées, l'abus des plaisirs, etc..., se trahissent aux yeux, qui deviennent *cernés*, comme on dit. L'observance sévère des règles hygiéniques est donc indispensable pour en entretenir et conserver la beauté.

Comme je l'ai dit, la vraie lotion pour les yeux est celle qui est faite avec de l'eau fraîche, et que l'on peut répéter plusieurs fois dans la journée ; toutefois, quand les yeux sont fatigués, quand ils sont plus ou moins fortement cernés, on peut avoir recours à quelques lotions plus toniques, fortifiantes. On fait un lavage alors avec l'eau de bluet, avec une eau aromatique, de rose, de menthe, additionnée de quelques gouttes d'eau alcoolisée.

Ainsi on peut se servir des formules suivantes :

Eau de roses.	100 grammes.
Alcool vulnéraire.	4 —

Autre.

Infusé de roses	100 grammes.
Suc de citron	VI gouttes.

Autre.

Sulfate de zinc.	0,20 centigr.
Hydrolat de bleuet.	100 grammes.

Pour lotions le matin.

Les dames de l'Orient emploient, pour faire paraître l'œil plus grand, un moyen qui consiste à passer légèrement un pinceau fin, trempé dans du sulfure d'antimoine ou noir d'Égypte, sur le bord de la paupière, en descendant jusqu'à l'angle de

l'œil, où l'on trace une ligne d'environ 3 à 4 millimètres ; l'œil paraît grand, ouvert, fendu en amande. (Séjour des Thons, les Secrets de la beauté.)

Cils.— Les cils longs et soyeux, ou encore droits et même un peu relevés en dessus, sont le complément nécessaire de la beauté des yeux. La perte et à plus forte raison le manque de cils ôte de beaucoup de leur grâce aux paupières, si belles qu'elles soient. — Cette infirmité accompagne souvent cette absence de cheveux dont je parlais tout à l'heure, et que j'appelle *vitiligo.* — Nous avons vu que sans être, Dieu merci, impossible, le retour du poil est souvent très-difficile. Ici, c'est plus difficile encore à cause de la difficulté de l'application des topiques (v. page 64).

Une autre cause généralement peu connue, et qui dégarnit les cils quelquefois, au grand désespoir des femmes qui subissent ce désagrément réellement très-pénible, c'est une sécrétion grasse d'abord, puis sèche, qui brise le poil : maladie plus facile à constater et à combattre sur le cuir chevelu ou au visage, qui offrent des surfaces plus larges, et que j'ai décrite sous le nom d'*acne sebacea ;* elle se complique souvent de cet état des paupières, qui persiste quelquefois longtemps après que la maladie a disparu d'autres points. Le principal soin

qu'ils demandent, c'est de les débarrasser doucement de la matière sébacée, grasse, dont ils se trouvent souvent imprégnés le matin après le sommeil. Or ici les lotions d'eau froide sont insuffisantes, et comme, dans la crainte de les dégarnir, il faut s'abstenir de chercher à les détacher tant soit peu violemment ou forcément, il vaut mieux faire des lotions plus actives.

Borax.	0,20	centigr.
Mucilage de coings.	4,00	grammes.
Eau distillée de cerises noires. .	30,00	—

Et même quelquefois, préalablement, il faut faire des onctions légères avec un peu d'huile d'amande douce qui aide à faire glisser sur le poil cette matière endurcie.

On a cherché à faire venir les cils plus longs et plus soyeux ; cela me paraît difficile, pour ne pas dire impossible. Les applications irritantes, auxquelles on est obligé d'avoir recours, ont plus d'inconvénients qu'elles ne peuvent avoir d'avantages.

Il en est de même des cils qui ont pris une mauvaise direction ; il n'y a rien à faire qu'à les couper patiemment, aussitôt qu'ils commencent à déborder le bord libre des paupières.

§ VI.

Les Oreilles.

L'oreille est le chemin du cœur.
(Mme Deshoulières.

Les oreilles sont un véritable ornement de la tête.

L'oreille, pour être belle, a besoin de réunir plusieurs qualités, qui tiennent à sa forme, à sa grandeur, à ses contours, à sa position.

Les oreilles doivent être courtes, rondes, bien troussées, d'une couleur vive, claire, lucide et transparente. Solides et fermes, elles doivent avoir vermeils tous les petits jours et replis qui en composent le vestibule. Elles doivent être bien attachées, peu aplaties, cependant bien plaquées, pas trop entourées de cheveux, ni trop relevées, ni trop enfoncées.

Quand elles sont grandes ou trop écartées, il n'y a rien à faire qu'à dissimuler par la toilette ce qu'il y a de désagréable dans cette imperfection ; cependant il faut s'en occuper de bonne heure, chez

les enfants. Ainsi, il faut éviter en coiffant un enfant de laisser toujours échapper l'oreille en dehors, au lieu de l'assujettir sous le bonnet ; il faut, pour que l'oreille soit bien plaquée, qu'elle soit même collée à la peau.

Bien que l'on rapporte que, dans certains pays, c'est une marque de distinction d'avoir les oreilles longues et pendantes, et que dans cette intention, dès la naissance, on a soin de les percer et d'y insinuer des pendants lourds; bien que, parmi les femmes du royaume d'Aracan entre autres, les plus longues oreilles aient été pendant longtemps les plus belles, et que, pour les rendre bien longues, elles se les faisaient traverser avec certains rouleaux de parchemin , que l'on grossissait de temps en temps, de manière à faire pendre le bout de l'oreille sur les épaules (Andry); les oreilles grosses et pendantes n'en sont pas moins une difformité. Aussi, on ne saurait trop blâmer la mauvaise habitude qui existe dans beaucoup de pensions et de colléges, pour punir les enfants, de leur tirer les oreilles; outre que c'est quelquefois très-douloureux, et que par conséquent c'est une rude punition, que les parents ne sauraient autoriser , il n'est pas douteux que, lorsque l'on a tiré, bien des fois, les oreilles à un enfant, celles-ci deviennent longues et écartées, sans parler d'inconvénients plus graves en-

core qui peuvent en résulter, comme la dureté de l'ouïe, etc.

Pour conserver la peau des oreilles lisse et unie, il faut les laver tous les matins avec un peu d'eau, dans laquelle on ajoutera quelques gouttes d'eau de Cologne, et mieux du jus de citron.

Enfin, si on aperçoit quelques poils, il faut les couper et ne pas les arracher; en les arrachant, on les rend plus épais.

§ VII.

Bouche.



> Vos lèvres sont rouges comme une petite bande d'écarlate.....
> Vos dents blanches et nettes sont semblables aux troupeaux de brebis que l'on vient de tondre.....
> (Salomon, *Cantique des cant.*, c. vii.)

La bouche doit être petite, ne découvrir qu'à demi quatre ou cinq dents supérieures, en riant ou en parlant; droite, sans salive, et d'une haleine douce.

La beauté de la bouche dépend de la composi-

tion bien séante des lèvres, des gencives, des dents.

Les *lèvres*, pour être jolies, ne doivent être ni trop grosses ni trop petites. Elles sont vermeilles, incarnates; jointes ensemble en fermant la bouche, elles doivent former un angle obtus à leur extrémité et au milieu : celle du bas un peu relevée. Entre le nez et les lèvres, il doit y avoir une petite fossette de couleur rosée.

Dans la Guinée, les filles qui veulent paraître belles emploient plusieurs artifices pour se grossir les lèvres. C'est toutefois une imperfection assez désagréable. Le plus souvent, elle traduit l'exagération d'un tempérament lymphatique ; aussi faut-il de bonne heure essayer d'y remédier par une hygiène bien entendue, une bonne alimentation, des exercices gymnastiques, en stimulant et en développant l'activité physique.

Les lèvres béantes, qui donnent au visage un air si singulier, sont presque toujours le résultat d'une mauvaise habitude de rester la bouche ouverte, et d'y mettre sans cesse les doigts. On ne saurait trop tôt s'y opposer sévèrement.

Les lèvres sont couvertes d'une peau extrême-

ment mince, qui, chez les jeunes personnes surtout, se gerce, se fronce, et se fend aisément au froid, principalement au vent. Cela tient quelquefois à une irritation intérieure des voies digestives, et dans ce cas, c'est un état maladif; mais souvent aussi c'est le résultat de mauvaises habitudes. En général on laisse beaucoup trop facilement les enfants, non-seulement porter leurs doigts, mais encore toute sorte de choses à la bouche. Je n'ai jamais compris, entre autres, ces jouets, qui vont dans la bouche de tout le monde, et qui repassent, sans être essuyés, dans celle des enfants, les sifflets, par exemple; et cependant il y a, chacun le sait, dans ces parties, une susceptibilité extrême que l'on retrouve même plus tard chez certaines personnes, pour avoir bu après d'autres, par exemple.

Enfin, une habitude quelquefois réellement funeste, et que l'on retrouve cependant chez de jeunes personnes déjà grandes, c'est celle de se mordre les lèvres. Il en résulte à la longue un état habituel, véritablement affreux, qui commence par de la rougeur, du gonflement, quelques pellicules, et finit par de véritables croûtes grises, noires, tout à fait disgracieuses. J'ajouterai que c'est une des choses que j'ai trouvées quelquefois les plus difficiles à guérir.

Pour combattre la rougeur, le gonflement, on peut appliquer matin et soir un petit cataplasme peu chaud, et pendant peu de temps (d'une demi-heure à une heure), fait avec la fécule de pommes de terre, la semoule, ou la farine de riz. On délaye la fécule d'abord dans un peu d'eau froide, on la jette dans l'eau bouillante, et on laisse le tout un moment sur le feu.

Ou encore un cataplasme de mie de pain et de lait.

Mie de pain.	q. s.
Lait.	

Faites cuire en consistance.

Dans quelques cas, on peut se dispenser de cataplasme et se servir de la pommade suivante :

Amidon pulvérisé.	4	grammes.
Blanc de baleine.	1	—
Cire blanche.	4	—
Huile d'olive.	8	—

Les lèvres peuvent encore être le siége de pellicules minces, qui se renouvellent d'autant plus facilement que, détachées partiellement, et d'une manière inégale à leurs extrémités, elles sont presque toujours mordues, arrachées, et découvrent dans ce cas

une surface rouge, un peu gonflée, qui ne tarde pas à se sécher, et à se couvrir de pellicules nouvelles. Il faut alors avoir recours à des onctions faites avec une pommade alcaline.

Carbonate de soude.	0,50 centigr.
Cérat de G.	15,00 grammes.
Pommade de concombres . . .	15,00 —

Quand les lèvres sont gercées, fendues même, surtout la lèvre inférieure, il faut faire des onctions fréquentes, au moins matin et soir, et aussi avant de s'exposer au froid, à l'air, avec une pommade *ad hoc*.

Oxyde de zinc.	1 gramme.
Cold-cream	15 —

Mêlez.

Autre.

Beurre de cacao. . . .	de chaque 15 grammes.
Huile d'amandes douces.	

Mêlez.

Souvent, il suffit de passer le soir, au coucher, une légère couche de glycérine bien fraîche et bien pure.

Dans quelques cas, il ne s'agit plus seulement de

pellicules et de gerçures, mais il y a une inflammation plus profonde, et j'ai vu bien des fois les deux lèvres surmontées d'une couche épaisse, qui constitue, comme je viens de le dire plus haut, un désagrément des plus pénibles, et souvent des plus rebelles. Il faut alors faire usage d'applications topiques plus actives.

Précipité blanc	0,30	centigr.
Cold-cream	30	grammes.

Pour onctions.

Autre.

Turbith minéral	1	gramme.
Soufre sublimé	2	—
Axonge	30	—
Essence de citron	VI	gouttes.

S. — Pour onctions.

Autre.

Carbonate de soude	2	grammes.
Axonge	30	—
Essence de Portugal	1	—

Pour onctions.

Lotion.

Tannin	2	grammes.
Eau	125	—
Essence de bergamote	VI	gouttes.

M. S. A.

On trempe un linge fin, en plusieurs doubles, dans ce liquide, et on le laisse appliqué pendant quelques minutes sur les lèvres.

Enfin, en dehors de ces altérations des lèvres, on a proposé et employé avec avantage pour les entretenir dans un bon état, surtout quand elles ont une tendance à se sécher, des pommades comme spéciales.

Pommade à la rose pour les lèvres.

Huile à la rose	250	grammes.
Blanc de baleine	50	—
Cire	50	—
Racine d'orcanette	50	—
Essence de rose	8	—

Mettez la cire, le blanc de baleine, l'huile à la rose et la racine d'orcanette dans un vase chauffé au bain-marie; quand ces ingrédients sont fondus, laissez-les macérer avec l'orcanette pendant quatre ou cinq heures, au moins, pour en extraire la couleur; passez à travers une mousseline fine, et ajoutez l'essence avant que le mélange se refroidisse.

Cérat à la rose. Pommade pour les lèvres.

Huile d'amandes douces	60	grammes.
Cire blanche	30	—

Faites fondre au bain-marie et ajoutez :

Orcanette ou carmin. . . . . q. s.

Renfermés dans un nouet de linge fin.

Laissez digérer jusqu'à ce que le cérat soit d'un rouge vif.
Laissez refroidir à moitié, et ajoutez :

Essence de rose. . . . . vi gouttes.

Les Gencives. — Les gencives, plus encore que les lèvres, peut-être, contribuent à la beauté de la bouche; elles doivent être fraîches, vermeilles, fermes, bien tendues. Malheureusement, sous l'influence de bien des causes, et trop souvent par défaut de soins, elles sont fréquemment altérées, pâles ou livides, flasques, décharnées, inégales, en bourrelet, quelquefois comme rongées.

Indépendamment des cas où l'altération des gencives tient à un état maladif de la bouche ou d'autres organes, de l'estomac par exemple, ou même à un état général, il y a pour elles une hygiène, très-importante, qui, d'ailleurs, se confond le plus souvent, comme nous le verrons, avec l'hygiène des dents. Ainsi il est très-vrai que l'abus des sucreries, sans avoir le soin ou la possibilité de laver la bouche après les avoir mangées, est très-nuisible aux gencives, non-seulement à cause de la décomposition chimique, mais aussi comme corps pulvérulent, qui ronge la gencive, déchausse la dent et gâte la bouche. On peut en dire autant des *poudres*

dentifrices qui s'interposent entre les gencives et les dents elles-mêmes, les déchaussent, etc., et rendent la gencive exubérante en forme de bourrelet.

Pour certaines personnes, dont les gencives sont ordinairement livides, il est réellement utile quelquefois de les frotter fortement, de les piquer même avec un cure-dent, de les faire saigner légèrement : avec cette réserve cependant, qu'il ne faut pas que ce soin, efficace dans quelques cas, dégénère en habitude inutile.

Les gencives, toutefois, ont besoin en général d'être frottées, assez énergiquement, pour favoriser le suintement sanguinolent qui, au lieu d'augmenter, disparaît au contraire, sous l'influence de la friction modérée, bien entendu, qui leur redonne la fermeté qu'elles doivent avoir; et ici, je le répète, les soins hygiéniques, que demandent les gencives, se confondent avec ceux qu'exige l'entretien si important des dents.

Dents. — « Partout, dit Rottenstein [1], on considère les dents saines et régulières comme un ornement du visage. Jean-Jacques Rousseau a dit qu'une femme qui a de belles dents ne saurait être laide.»

[1] Rottenstein. *Considérations sur le développement et la conservation des dents*, etc., Paris, Kugelmann, 1861.

La perte prématurée des dents de lait a une influence fâcheuse sur la beauté et la conservation des secondes. Tout l'art de les conserver consiste, dans la plupart des cas, à les tenir propres, et, pour cela, elles doivent être brossées tous les jours plusieurs fois avec un peu de savon ordinaire, ou de magnésie. Les enfants, d'ailleurs, ayant pris cette habitude de bonne heure, se nettoient les dents, comme ils se lavent la figure et se peignent les cheveux.

Le matin, le soir encore, et après chaque repas, on devrait se nettoyer les dents; les cure-dents formés d'une substance élastique, comme la plume d'oie, sont préférables aux cure-dents métalliques : mais, suivant Rottenstein, rien ne vaut l'emploi d'un fil passé entre les dents après chaque repas. Il faut se servir de brosses à dents aussi dures que possible, sans toutefois occasionner de douleurs.

Dans la foule de préparations dentifrices, il faut en général préférer les lavages. Parmi les poudres, il y en a beaucoup qui sont très-bonnes pour les dents, le charbon, par exemple, mais qui nuisent quelquefois aux gencives, en s'interposant entre elles et la dent elle-même. Dans tous les cas, quand on se sert de poudre, il ne faut pas le faire tous les jours; il ne faut s'en servir que de temps en temps. Mais ce qu'il faut surtout repousser, ce sont les

acides, qui rendent les dents très-blanches, il est vrai, mais toujours aux dépens de l'émail. Ainsi, indépendamment des poudres, qui contiennent souvent des substances acides, il faut surtout repousser l'usage que font certaines femmes du citron, avec lequel elles se frottent les dents et les gencives, et avec lequel elles réussissent à rendre les unes très-blanches, et les autres fermes et vermeilles; mais, je le répète, c'est toujours aux dépens de l'émail, et plus tard elles souffrent de la carie, cette cruelle ennemie de la bouche.

C'est une bonne habitude de nettoyer les dents le soir, avant de se coucher. On a recommandé avec raison de se servir de l'eau de savon pure, ou parfumée, si l'on redoute le goût un peu désagréable du savon. Lorsqu'il n'y a plus de dépôt sur les dents, et qu'on les brosse tous les jours, matin et soir, et après chaque repas, de l'eau pure et la brosse suffisent parfaitement.

On a toujours recommandé et avec raison d'éviter de casser des corps tant soit peu durs, des noix, par exemple, ou toute autre substance; il faut même conseiller aux femmes et aux jeunes filles d'éviter de couper un fil avec les dents.

En général, il faut se servir pour les dents d'eau tiède, et on court le risque de les altérer, quand on a l'habitude de prendre des aliments très-chauds,

surtout si immédiatement après on prend une boisson froide.

Voici d'ailleurs plusieurs formules dentifrices, qui toutes, suivant les goûts et les habitudes, peuvent être employées avec succès :

Poudre dentifrice.

Charbon de Belloc. .	de chaque 10	grammes.
Poudre de quinquina.		
Poudre d'iris. . . . . :	2	—

Mêlez.

Poudre dentifrice à la quinine.

Craie précipitée.	500,00	grammes.
Amidon pulvérisé.	250,00	—
Poudre d'iris.	250,00	—
Sulfate de quinine.	1,75	—

Passez au tamis.

Poudre dentifrice au borax.

Craie précipitée.	125	grammes.
Borax en poudre.	60	—
Myrrhe.	30	—
Iris.	30	—

Mêlez.

Après l'emploi de ces poudres, il faut nécessairement rincer la bouche, avec un peu d'eau tiède, pure, ou additionnée de quelques gouttes d'arnica, d'eau de Botot, ou de toute autre eau dentifrice.

Eau dentifrice à la violette.

Teinture d'iris. . . .	}	de chaque partie égale.
Esprit de roses. . . .	}	
Alcool.	}	

Autre.

Eau-de-vie de gaïac.	45	grammes.
Alcoolat vulnéraire.	45	—
Huile essentielle de menthe. . . .	1	—

Mêlez.

Eau dentifrice savonneuse.

Eau de savon.	2	grammes.
Teinture de pyrèthre.	0,50	centigr.
Eau-de-vie.	1	—

Étendre d'eau convenablement, et s'en servir avec une brosse à dents.

Eau de Botot.

Anis vert.	64	grammes.
Cannelle Ceylan.	16	—
Girofle.	1	—
Cochenille.	4	—

Pilez le tout ensemble et faites macérer dans 2,000 grammes d'alcool à 80°. Après quinze jours, filtrez, après avoir ajouté 4 grammes d'essence de menthe.

Opiat pour les dents.

Miel.	125,00	grammes.
Craie.	125,00	—
Iris.	125,00	—
Carmin.	1,80	centigr.
Essence de girofle.	0,40	—
— de muscade.	0,40	—
— de roses.	0,40	—
Sirop.	q. s.	

Pour former une pâte.

Le plus souvent, comme je l'ai dit, il suffit de se servir de l'eau pure, quand la bouche est dans un état de santé parfait. Mais il devient indispensable, quand il s'agit de corriger le désagrément de l'haleine, d'y ajouter quelques gouttes d'une eau aromatisée, de l'eau de Botot, par exemple, qu'on peut remplacer toutefois par les préparations suivantes :

Eau de Cologne.	500	grammes.
Myrrhe en larmes.	60	—

Faites macérer 15 jours et filtrez.

Autre.

Eau de Hongrie.	500	grammes.
Borax.	20	—
Miel.	20	—

Myrrhe en larmes	20	grammes.
Bois de santal	20	—

Broyez le miel et le borax ensemble dans un mortier, ajoutez peu à peu l'eau de Hongrie, faites macérer la myrrhe et le bois de santal pendant quinze jours (Reveil).

On peut, en effet, quand la mauvaise haleine ne dépend pas des maux d'estomac ou des voies aériennes, qui demandent le secours de la médecine, la prévenir ou la dissiper par des soins de propreté relatifs aux dents et aux gencives. On peut la corriger en rinçant souvent la bouche, non-seulement le matin, mais après chaque repas, avec une infusion chaude aromatique, de menthe, d'anis, de mélisse ; de l'eau de cannelle, etc.

Pour corriger la mauvaise haleine que laissent accidentellement certains aliments, de l'ail, de l'échalote, etc., il suffit quelquefois de moyens très-simples : comme de manger, par exemple, des noix fraîches, de mâcher de la racine d'iris ou d'angélique, de boire deux ou trois petites tasses de thé de fleur d'oranger pralinée.

Les fumeurs, pour corriger l'odeur du tabac, se servent souvent d'une substance dite cachou de Bologne, et dont voici la formule :

Extrait de réglisse par infusion..	100	grammes.
Eau	100	—

Faites fondre au bain-marie et ajoutez :

Cachou pulvérisé.	30 grammes.
Gomme en poudre.	30 —

Faites évaporer en consistance d'extrait et incorporez 2 grammes de chacune des substances suivantes réduites en poudre très-fine :

Mastic, cascarille, charbon, iris.

Rapprochez la masse en consistance, retirez du feu, et ajoutez encore 2 grammes d'essence de menthe anglaise, 5 gouttes de teinture de musc, et 5 gouttes de teinture d'ambre.

Coulez sur un marbre huilé, et étendez à l'aide d'un rouleau, en plaques, de l'épaisseur d'une pièce de 50 centimes. Lorsque la masse sera refroidie, frottez avec du papier sans colle, afin d'enlever complétement l'huile des deux surfaces; humectez celle-ci très-légèrement et appliquez sur chacune une feuille d'argent. Laissez sécher, et enfin, coupez d'abord en lanières très-étroites, puis en carrés ou losanges très-petits. (Dorvault.)

On trouve dans M. Reveil la formule suivante :

Pastilles turques à l'usage des fumeurs.

Sucre blanc.	2,000 grammes.
Acide citrique.	7 —
Essence de roses.	V gouttes.
Musc en grains.	20 centigrammes.
Essence de vétiver.	0,88 —

Faites du tout une pâte que vous lierez avec une solution de gomme adragante dans l'eau colorée avec de la laque liquide.

Enfin, ajoutons que la grâce du sourire donne un grand charme à la beauté de la bouche, et que la manière de rire a une extrême importance. Aussi on ne saurait trop tôt réformer ces mauvaises habitudes chez les jeunes personnes de rire aux éclats, avec ouverture exagérée et contorsions de la bouche. Ce qui convient aux femmes, c'est un rire doux et léger, en ouvrant peu la bouche, pendant lequel es deux joues se creusent d'une petite fossette, et la lèvre d'en bas couvre l'extrémité des dents supérieures.

Ovide dit que de son temps les belles apprenaient à rire.

Quis credat? discunt etiam ridere puellæ.

§ VII.

Joues. — Menton.

Vos joues sont semblables à une moitié de grenade, qui marque par cette couleur la pudeur et la candeur de votre cœur. . . .
(Salom., *Cant. des cant.*)

Joues. — Les joues, à proprement parler, ne font que relier les diverses parties du visage, qui viennent

s'y perdre, avec des lignes plus ou moins accentuées. Cependant, par le jeu de leurs muscles, par la mobilité de leur circulation capillaire, ce sont elles qui font principalement la physionomie ; de là ces expressions si variées, pour peindre les sensations qui se traduisent pour les mouvements, par la forme et la coloration des joues. Elles sont maigres ou charnues ; creuses ou doucement ondulées ; rouges ou décolorées ; unies ou entrecoupées de traces légères, de petites rides; ou bien encore, naturellement gracieuses, elles sont agitées par un doux tressaillement, qui les relève vers les yeux.

Les joues doivent être unies, médiocrement rondes et pleines, d'égale grosseur.

Rien ne contribue plus à rendre les joues plates, creuses, que le manque de quelques grosses dents ; aussi ne saurait-on trop les ménager aux jeunes personnes.

Les joues sont tout naturellement le siége des impuretés que nous avons vues gâter le teint (v. ce mot); mais c'est sur elles, principalement, que l'on rencontre ces petits disques farineux, si communs chez les jeunes enfants, et ces rougeurs, heureusement si souvent fugitives, après les embrassements; aussi, comme le fait remarquer Andry, est-ce une déplorable habitude de laisser embrasser les petits enfants par tout le monde. On devrait res-

pecter ces joues tendres et délicates, et se contenter de déposer légèrement un baiser sur leur front, ou mieux encore sur leur petite main.

D'un autre côté, il y a beaucoup de personnes, surtout celles qui ont un tempérament lymphatique, qui ont les joues comme gonflées. — Elles sont, comme on dit, joufflues, sans que cela implique une infirmité. — Dans les mêmes conditions, exagérées, j'ai vu souvent des jeunes filles avoir non-seulement les joues, mais la lèvre supérieure, gonflées, et dans ce cas ce ne sont plus seulement de *grosses joufflues*, comme on dit, car les joues ne sont plus tuméfiées uniformément. — Le gonflement existe surtout à la partie supérieure, les rend aplaties à la partie inférieure; les yeux eux-mêmes sont comme couverts. Cet état presque maladif n'est pas rare chez les jeunes filles. — Il se dissipe quelquefois naturellement à l'époque de la puberté. — Mais trop souvent il persiste, et indépendamment des moyens médicamenteux qu'il peut réclamer, il y a des soins, des précautions hygiéniques qu'il est indispensable de recommander.

Ces moyens consistent surtout dans le soin qu'il faut mettre à éviter l'insolation, le rayonnement d'un oyer trop ardent, — l'action directe d'un vent froid. — C'est alors qu'il faut recommander les exercices gymnastiques, tout ce qui tend à activer

la circulation. — Il faut éviter toute occupation tant soit peu prolongée, qui laisse longtemps la tête penchée. Il faut ordinairement une alimentation tonique.

Quant aux moyens topiques, ils sont en général peu efficaces. — La peau, qui le plus souvent dans ces cas-là est fraîche, blanche et délicate, ne supporte pas, ou supporte mal les pommades. Il faut même, en général, la très-peu mouiller. — Un linge imbibé d'une eau légèrement alcoolisée, tout simplement avec quelques gouttes d'eau de Cologne, passé rapidement sur le visage, suffit pour la propreté. — Et encore, après avoir essuyé, il est bon de saupoudrer la peau avec un peu d'amidon sec. — C'est une précaution toujours bonne à prendre, toutes les fois que la jeune personne devra s'exposer à un air froid et humide. — Et à cette occasion il faut toujours éviter d'aller dans une voiture découverte, à l'encontre du vent, et surtout d'un vent froid.

Menton. — La lèvre inférieure, dit Herder, commence déjà à former le menton, et l'os de la mâchoire qui descend des deux côtés le termine. Comme il arrondit toute l'ellipse du visage, il peut être regardé comme la véritable clef de voûte de l'édifice. Pour répondre à la belle proportion des

Grecs, il ne doit être ni pointu, ni creux, mais il doit être uni, et sa chute douce et insensible.

Le menton est assez facilement le siége de feux, de rougeurs, de boutons même qui se manifestent par l'action du rasoir, surtout chez les gens dont la barbe est dure, et qui ne la font pas souvent. Bien que ces feux, déterminés par l'action du rasoir, soient ordinairement passagers, ils peuvent n'être pas aussi fugitifs, et constituer un inconvénient désagréable, quelquefois même une maladie. Quand on ne conserve pas toute sa barbe, il faut la faire tous les jours; en général, après le choix, difficile d'ailleurs, d'un bon rasoir, puisqu'on peut dire qu'il varie presque suivant les individus, il faut pour faire sa barbe se servir d'eau chaude, et, après avoir fini de se raser, se laver à plusieurs reprises avec de l'eau froide, dans laquelle on aura ajouté quelques gouttes d'eau de Cologne, d'eau de Hongrie ou de teinture de benjoin; essuyer doucement avec un linge fin.

Quant à ceux qui veulent porter la barbe tout entière, ils ne doivent pas oublier qu'elle exige des soins réguliers, faciles d'ailleurs, qui consistent à la brosser, à la démêler plusieurs fois par jour, et même à y passer le peigne mouillé d'une liqueur légèrement parfumée.

§ IX.

Beauté du visage. — Résumé.

Nous venons de voir en détail les traits qui, séparément, contribuent à la beauté du visage, et qui réunis forment la physionomie, l'air, comme on dit, cet état indéfinissable qui, sous mille formes variées, nous séduit et nous attire, tantôt par sa dignité, tantôt par sa douceur, ou bien par son expression noble et gracieuse.

«L'air du visage, dit Gellert [1], fait une partie essentielle de la décence..... Un air modeste, gracieux, enchanteur, est l'expression ordinaire d'une âme honnête, douce et paisible; c'est elle qui imprime sur le front un caractère de noblesse et de majesté, dans les yeux celui de la candeur et de la cordialité ; c'est d'elle que proviennent cette douceur, cette affabilité répandues sur toute la physionomie, cette gravité du front que tempère la sérénité, ce regard affectueux qu'accompagne la pudeur; en un mot, la plus belle expression, le plus

[1] *Leçons de morale*, p. 213.

beau coloris du visage, résultent d'un bon esprit et d'un bon cœur. Mais, dira-t-on, la physionomie est trompense? Oui. On peut la contrefaire. Cependant le fard n'est jamais la peau elle-même, quelque adroitement qu'il soit appliqué. » (Gellert.)

La peau du visage est remarquable par sa mobilité, sous l'influence d'une foule de causes et physiques et morales. Cette mobilité est due à un appareil musculaire particulier, auquel il faut rapporter ces variétés d'expression qui, en outre des causes générales, sont souvent individuelles et dépendent principalement alors du caractère, des habitudes dominantes, des professions. On sait que c'est cette flexibilité du visage qui a fait le talent et la réputation des plus grands comédiens, qui n'y sont arrivés qu'à force de persévérance et d'étude.

C'est, par mauvaise habitude, l'exercice fantaisique de ces muscles, sans aucun rapport avec une situation normale, qui conduit aux grimaces.

Les grimaces, en effet, ne sont que l'expression exagérée, facile et volontaire, du mouvement des muscles du visage. On ne saurait trop de bonne heure s'opposer à cette funeste habitude chez les enfants qui, pour produire passagèrement et à volonté des grimaces, finissent par n'en être plus maîtres; quelquefois même, quand il s'agit de grimaces

difficiles, et ce sont les plus désagréables, ils restent grimaciers sans s'en douter.

A ce sujet, j'ajouterai que souvent on pourrait malheureusement adresser ces observations aux grandes personnes, qui s'amusent à faire des grimaces devant les enfants. C'est une influence nerveuse qui détermine les mouvements musculaires de la face. Or on ne saurait croire l'influence qu'exerce à son tour l'imitation sur la direction nerveuse qui produit ces divers mouvements du visage.

L'agrément du visage consiste donc moins dans la forme particulière des traits, que dans leur harmonie, leur mobilité, qui constitue l'expression, l'air, la mine. Or l'air du visage dépend surtout des sentiments de l'âme. Passagers, ils ne laissent qu'une impression passagère elle-même ; mais ceux qui se contractent tous les jours, dans une bonne ou mauvaise éducation, impriment au visage des caractères profonds : ainsi la colère, l'orgueil, le mépris qui se traduit par le plus choquant de tous les airs : ce qui a fait dire que les parents sont maîtres de la physionomie des enfants.

Enfin, la peau du visage est remarquable aussi par sa structure mince et délicate, et surtout par sa sensibilité ; de là ces changements de couleur, de nuance, sous l'influence des impressions diverses. De

là cette facilité à être flétrie par des feux, des boutons, des taches, ou même des altérations profondes de la coloration, qui trahissent une modification dans l'état général, et souvent même une maladie. Du reste, en dehors de tout état maladif, les nuances de la couleur de la peau du visage sont tellement spéciales, qu'il n'y a rien de plus difficile pour un peintre que d'en offrir l'image, et qu'il n'y arrive qu'après avoir mélangé diversement toutes les couleurs dont il a chargé sa palette.

CHAPITRE III.

DE LA TAILLE. — LE TRONC, LES MEMBRES.

§ Ier.

Si, comme nous l'avons dit, la beauté réelle, la beauté qui charme et qui séduit, réside principalement dans le visage, ce n'est cependant qu'une partie du sujet que nous nous sommes proposé de traiter ici, et l'on ne saurait se dissimuler, au point de vue de l'embellissement du corps humain, l'intérêt que présente l'étude de la taille proprement dite, des membres, etc.

La taille est le jet du corps. Ce jet consiste dans le tronc, et c'est de l'harmonie dans les proportions des parties qui le composent que résulte cet autre air, si je puis dire ainsi, qui donne à la démarche, à la tournure, un cachet qui a bien aussi, lui, son genre de séduction. Un léger abandon dans l'atti-

tude, une souplesse gracieuse, une douce mollesse, ajoutent singulièrement à la puissance de la beauté.

« Apprenez à marcher comme il convient à une femme, dit Ovide. Il y a dans la marche une grâce qui n'est pas à dédaigner. »

Est et in incessu pars non temnenda decoris.

Il y a dans la démarche une certaine distinction qui se trouve si bien exprimée dans l'auteur de l'*Histoire d'Angleterre et d'Écosse*, en parlant d'Anne de Boulen, si fameuse dans l'histoire de Henri VIII :

« Elle donnait à ses habits, aussi bien qu'à ses « manières, un air dont on était charmé et qu'on « ne pouvait imiter. »

« Les Grecs, dit Winckelman (*Histoire de l'Antiquité*), cherchaient à observer une grande modestie dans leur maintien et dans leurs actions. Ils croyaient même qu'une marche précipitée devait choquer les idées de la bienséance et annoncer une sorte de rusticité dans les manières. »

ÉPINE DORSALE. — L'épine est cette colonne flexible qui s'étend tout le long du dos, depuis le haut du cou jusqu'à l'extrémité inférieure des reins. Quand elle est droite, bien plantée, souple, dégagée, elle fait la belle taille, à laquelle concourent

d'ailleurs le cou, les épaules, la poitrine et les hanches.

Le cou. — Le cou est le commencement de la poitrine; c'est sur lui que la tête est élevée. Il est plus arrondi, plus plein chez les femmes. Le cou, dit Bernardin de Saint-Pierre, est une colonne à forme cylindrique, qui est harmoniquement opposée au sphéroïde de la tête et à la surface de la poitrine[1].

Pour être bien fait, il doit être un peu rond, un peu long, médiocrement grêle, bien détaché des épaules.

Le cou, dont la forme agréable est un des principaux caractères de l'espèce humaine, doit avoir la plus douce courbure et établir une transition presque insensible entre la tête et le torse.

On lit, dans un ancien *Almanach des Muses*, une épître que Barthe a faite sur le cou et dont sont extraits les vers suivants :

N'est-ce pas un objet divin
Qu'un cou d'une aimable tournure?
Quelle blancheur, quel doux satin !
De quels charmes il est voisin !
C'est entre la bouche et le sein

[1] *Études de la nature*, tom. II.

Qu'il fut placé par la nature.
On peut se donner des yeux doux,
Se faire une petite bouche.

. . . .
. . . .
. . . .

Bien à l'étroit dans un moule
Peut nous paraître un pied léger,
Mais pour le cou, ma foi, mesdames,
Je défie un sénat de femmes
De pouvoir jamais le changer.

Épaules. — Les épaules ont aussi leur genre de beauté ; elles sont, chez les femmes, moins écartées du tronc ; elles doivent être plates, bien couchées, larges et descendant insensiblement.

Poitrine. — La poitrine doit être large, ample, élevée par devant en forme de hotte et s'arrondissant avec grâce. « Les mamelles, pour qu'elles soient bien placées, a dit Buffon, doivent être séparées par un intervalle entre elles, égal à celui qui existe entre le mamelon et le milieu de la fossette des clavicules. Elles doivent être d'ailleurs doucement arrondies, petites, solides et pas trop attachées. »

Les femmes ont les clavicules moins courbes, et par conséquent plus longues, ce qui leur donne ordinairement le haut de la poitrine plus large, et par suite une plus belle carrure. Chez elles, le ventre

est plus élevé que chez les hommes, la taille plus fine; les hanches sont plus avancées. Quant à celles-ci, pour que la taille soit fine, il faut qu'elles soient un peu élevées. Or cette finesse consiste dans un décroissement sensible de l'épaisseur de la taille, à l'endroit des hanches, surtout aux deux côtés.

La taille. — Considérée dans son ensemble comme le pivot des mouvements des diverses parties du corps, la taille concourt à la grâce de l'individu. Elle constitue la grâce que La Fontaine a proclamée *plus belle que la beauté*. On voit, en effet, tous les jours, des femmes douées d'une jolie figure, dont les avantages se taisent devant une taille lourde et épaisse qui n'a rien de séduisant, tandis qu'une autre, quoique moins belle, avec des traits moins réguliers, plaît et attire par une taille svelte, bien prise, par une jolie tournure.

La taille, proprement dite, se marque aux régions du dos et des lombes. Dans les femmes bien conformées, la moitié du corps répond un peu au-dessus de la bifurcation du tronc; la taille est plus longue. Les tailles sveltes et légères sont remarquables par leur mollesse, leur élégance et leur flexibilité. Il y a un grand attrait dans une jolie taille; aussi n'est-on pas surpris des détails minutieux avec lesquels Andry, dans son *Orthopédie*, signale les

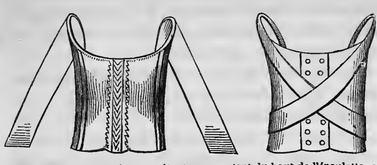
nombreuses altérations qu'elle peut subir, et aussi les soins et les précautions qu'elle exige souvent, à partir de la première enfance. J'emprunterai quelques conseils à ce curieux ouvrage, qui a eu un succès bien mérité et qui est trop oublié aujourd'hui. « Il n'y a rien de petit, dit-il, dans l'éducation des enfants, et tant pour le corps que pour l'esprit, tout y est de conséquence [1]. »

Ajoutons que, précisément à cause de l'oubli de ces précautions minutieuses, il y a fort peu de tailles parfaites. Ou les épaules sont rondes, le col est enfoncé ; ou bien une épaule est plus haute et plus grosse que l'autre ; ou encore elle penche trop d'un côté : toutes conditions qui tendent à gâter la taille. Celle-ci est trop épaisse, trop maigre, toute d'une pièce, etc.

Quand, chez une jeune fille, les épaules tendent à s'arrondir, il faut lui faire porter fréquemment les coudes bien en arrière, les poser sur les hanches, avancer la poitrine, la coucher à plat la nuit. Je me suis bien trouvé, très-souvent, de faire porter pendant deux ou trois heures tous les jours, aux jeunes filles qui avaient cette disposition vicieuse, une espèce de corset-bretelle disposé de manière à leur repousser les épaules en arrière et à élargir la poitrine.

[1] Andry, *Orthopédie*, tom. II, page 126.

Corset orthopédique pour tenir les épaules écartées.



Deux bandes en caoutchouc, prêtant peu, partant du haut de l'épaulette, et venant, en se croisant, s'agrafer au milieu du dessous du bras en arrière, de chaque côté, de manière à élargir la poitrine, en même temps qu'elles empêchent le corset de creuser sur les côtés.

Le cou doit être porté droit, sans roideur toutefois; il faut le tenir de façon que la partie charnue de dessous la mâchoire inférieure fasse comme un second menton, en évitant l'affectation.

Pour empêcher les enfants de mal porter le cou, et pour éviter que celui-ci ne tourne, on a proposé une foule de moyens, et notamment des espèces d'appareils, pour ainsi dire, contentifs, les rubans, une mentonnière, un carcan; moyens généralement inutiles et auxquels il faut en préférer de plus simples. On a proposé de faire jouer les enfants en leur mettant quelque chose sur la tête, qu'ils cherchent à tenir en équilibre comme font les laitières.

J'ai déjà dit plus haut, à propos d'un autre objet, qu'il fallait éviter de laisser l'enfant, dans le berceau, couché de façon à ce qu'il tourne toujours la tête d'un même côté, pour voir la lumière. Ce conseil est encore applicable ici.

Souvent il a suffi, pour vaincre cette disposition vicieuse, d'une habitude persévérante et de quelques efforts soutenus tendant à tourner la tête presque incessamment du côté opposé.

C'est le cas de dire ici qu'on se permet quelquefois un déplorable badinage, qui consiste à prendre par dessous, avec les deux mains, la tête d'un enfant, et à le soulever ainsi en l'air *pour lui faire voir son grand-père*. Ce badinage, outre qu'il peut être mortel, court grand risque de lui faire mal porter la tête.

Pour éviter le cou rentré dans les épaules, il faut d'abord ne pas suspendre et enlever sans cesse les enfants par les lisières. Plus tard, quand les enfants lisent ou écrivent, la table sur laquelle ils travaillent ne doit pas monter au-dessus des coudes, elle doit être deux doigts plus bas. Il ne faudrait cependant pas trop la baisser. Si elle est trop haute, elle oblige l'enfant à lever les épaules plus qu'il ne faut; si elle est trop basse, il est forcé de se voûter et d'avancer les épaules en arrière. Il en est de

même pour la table à manger. Enfin, quand il y a une disposition à enfoncer le cou, il faut éviter de mettre des accoudoirs aux chaises des petits enfants, et, d'une autre part, les garnir toujours d'un marchepied.

La manière d'emmaillotter un enfant contribue beaucoup à ces dispositions vicieuses ; mieux vaut cent fois ne les emmaillotter jamais que de les mal emmaillotter. Il faut coucher le corps bien droit ; étendre bien également les bras et les jambes ; l'entourer de langes qui ne soient pas trop tirés ; ne faire que contenir sans serrer ; coucher l'enfant emmaillotté de manière à ce que son corps ne porte pas à faux : que si on laisse les bras dehors (ce qui vaut beaucoup mieux, et ce qu'il faut faire), il faut les laisser libres tous les deux; autrement, en en laissant un dehors, l'épaule de ce côté baissera, et celle du bras qui sera dans le maillot lèvera. Il faut porter l'enfant tantôt sur un bras, tantôt sur l'autre.

Enfin, quand l'épaule penche d'un côté, on a recommandé une foule de précautions qui isolément ne paraissent pas avoir une grande valeur, mais qui cependant ne sont pas sans importance ; ce sont de petits exercices qui, répétés souvent, contribuent à corriger cette difformité. Ainsi il faut habituer l'enfant à se tenir fréquemment sur un

pied du côté opposé; il ne faut pas toucher à l'épaule qui lève; il faut au contraire mettre de temps en temps quelque chose de lourd sur celle qui baisse. Il faut le faire marcher avec une canne haute pour l'épaule baissée, basse pour l'épaule levée; enfin il faut le faire reposer dans un fauteuil dont les bras soient sur un plan bien égal.

La taille que l'on dit trop épaisse ne demande que des soins hygiéniques, beaucoup d'activité, beaucoup d'exercice. Il en est de même de celle qui est trop maigre, qui, lorsqu'elle est en rapport avec une maigreur générale excessive, traduit un état maladif, qui est du ressort de la médecine. Il ne faut pas confondre celle-ci avec la taille trop fine, c'est-à-dire réduite à des proportions telles qu'elles sont incompatibles avec la santé ; et ici on ne saurait trop se récrier contre l'habitude trop fréquente encore qu'ont certaines jeunes personnes de se trop serrer pour se faire une taille fine : outre qu'elles commettent une erreur, puisque, comme nous l'avons vu, la beauté de la taille ne consiste pas dans l'amincissement plus ou moins considérable d'un point du corps, mais bien dans les rapports harmonieux des diverses parties qui concourent à la former, elles commettent une faute grave pour leur santé. J'ai vu plusieurs fois

résulter de ces manœuvres malheureuses des accidents très-sérieux et même mortels.

Quelquefois la taille est, comme on dit, tout d'une pièce ; elle n'a rien d'aisé, de dégagé ; quoique bien moulée, elle a l'air si contraint qu'il semble que la personne ait un pieu planté le long du corps. Il faut alors recommander des jeux de toute espèce, qui obligent les enfants à sauter, à courir, à développer la flexion, l'extension des membres. Le port des bras, des mains, des jambes et des pieds contribue beaucoup à donner à la taille un air dégagé ou un air gêné.

Pour empêcher la taille de tourner, Andry recommande plusieurs conseils qui trouvent encore aujourd'hui leur application. Un soin très-important, et qui échappe cependant à la sollicitude générale, c'est le choix des petits fauteuils dans lesquels on commence à faire asseoir les petits enfants. Le siége doit être résistant, bien uni, car, s'il est mou, enfoncé du milieu, tout naturellement le cou tend à rentrer dans les épaules, et le défaut de solidité et de résistance du plan sur lequel l'enfant est assis tend facilement à tourner la taille, pour peu que cette difformité soit aidée par quelques causes générales, la débilité, etc.... Andry va jusqu'à recommander des fauteuils garnis au cen-

tre d'une planchette de bois, armée en dessous d'un pas de vis destiné à la faire remonter à volonté.

Il importe beaucoup que les jeunes filles gardent constamment, surtout dans le travail, la posture droite, sans arriver toutefois à cette roideur si désagréable : ainsi, lorsqu'elles lisent ou qu'elles veulent coudre, il faut plutôt approcher leur livre ou leur ouvrage de leurs yeux, qu'abaisser leurs yeux vers leur ouvrage ou leur livre. Elles doivent aussi ne pas oublier cette recommandation : de se tenir droit lorsqu'elles se livrent à l'étude du piano, à l'exercice de la peinture.

Il y a longtemps que l'on a signalé l'inconvénient de chaussures trop étroites, qui blessent le pied et finissent par altérer la marche, et par suite la direction de la taille; mais ce qui tend à la faire courber aux jeunes personnes, ce sont surtout les souliers à talons trop hauts. Le défaut de solidité, d'équilibre, d'assurance, de rectitude dans la marche, sont autant de causes qui peuvent facilement tourner la taille. Au moins ne doit-on pas leur en donner avant quinze ans.

Enfin les corsets eux-mêmes demandent le plus grand soin, la plus grande surveillance, non-seulement dans leur confection première, bien qu'aujourd'hui on ait renoncé, Dieu merci à ces espèces de cuirasses, baleinées, dures, si offensantes

pour le corps des jeunes personnes. Modérément aisés, destinés qu'ils sont à maintenir, ils ne doivent jamais presser le devant de la poitrine, surtout par en haut ; mais ce qu'il faut surtout recommander chez les jeunes personnes qui sont en train de se former, c'est de surveiller s'ils sont toujours en rapport avec le développement progressif. Dans ce cas, ils doivent être changés souvent. Un corset devenu trop étroit et laissé huit jours peut gâter la taille. Il faut qu'on puisse passer deux travers de doigt entre le corset et le haut de la poitrine.

Les corsets sont indispensables aux jeunes personnes qui relèvent de maladie.

§ II.

Bras, Mains, Doigts.

Bras. — Le fini, la pureté des contours, les formes coulantes et arrondies, caractérisent dans la femme la belle conformation du bras et de l'avant-bras. Les bras d'ailleurs doivent être ronds et charnus, un peu pleins en dedans et allant en grossissant depuis le poignet jusqu'à la jointure du coude.

Mains. — La beauté des mains est un des plus grands agréments du corps. Il semble, a-t-on dit, que cette beauté soit un apanage de la qualité. On trouve aisément des femmes du peuple qui ont de beaux yeux, une belle bouche, rarement en trouve-t-on qui conservent de belles mains. Cela se comprend parfaitement en pensant d'une part aux soins qu'elles exigent, et de l'autre aux travaux auxquels ces femmes sont obligées de se livrer. Organes du tact, douées d'une sensibilité exquise et toujours en rapport avec les objets extérieurs, elles ont évidemment besoin de soins constants et minutieux, incompatibles avec la rudesse de certains travaux.

Une main bien faite doit être délicate, un peu longue ; le dessus doit être un peu potelé, de sorte que les veines n'y soient pas trop saillantes ; on doit y voir des petits creux au-dessus de chaque doigt, quand elle est ouverte.

Les doigts doivent être un peu longs et charnus. Cette forme allongée, et dont la diminution est graduée, est très-agréable. Ce sont de petites colonnes de la plus belle proportion. Ils doivent laisser voir, au niveau de leurs articulations, de petits enfoncements quand la main est étendue, de légères saillies quand elle est pliée. Pour avoir une forme convenable, ils doivent être un peu ronds par-dessus, un

peu plats par-dessous. Le pouce ne doit pas dépasser la moyenne articulation du doigt indicateur; celui-ci étendu doit finir précisément au-dessous de l'ongle du doigt moyen ; l'annulaire doit venir jusqu'à moitié de l'ongle du même doigt, et enfin le petit doigt étendu doit atteindre l'articulation des deux dernières phalanges de l'annulaire. Le creux de la main, quand elle est ouverte, doit être un peu profond et entouré de petits bourrelets médiocrement arrondis. La peau de la main doit être fine, douce, blanche, unie, traversée de lignes presque imperceptibles. Il doit régner dans tous les doigts un air d'aisance et de mobilité.

Ongles.—La beauté des ongles consiste dans leur couleur rosée, dans leur forme légèrement bombée et de niveau avec la chair qui termine les doigts.

La portion libre de l'ongle doit être courte et arrondie ; si on la laisse croître, elle se prolonge en pointe et finit par se recourber vers la pulpe des doigts. La longueur excessive des ongles est un signe de beauté chez les Chinois; chez nous, c'est un signe de malpropreté.

Et nihil emineant et sint sine sordibus ungues.

Que tes ongles ne soient pas trop longs et qu'ils soient exempts de toute ordure.

Leur propreté et leur bonne tenue sont en effet les soins les plus indispensables de la toilette ; sans elles, comme on l'a dit, il n'y a pas plus de belles mains qu'il n'y a de jolie bouche avec de vilaines dents.

Les ongles ont une demi-transparence qui permet d'apercevoir la couleur du tissu qu'ils recouvrent; c'est l'explication des colorations diverses qu'ils peuvent présenter, et qui sont en rapport avec les différents états de l'économie, diverses maladies, etc...

Pour être beaux, avons-nous dit, ils doivent avoir une couleur rosée. Les Persans et les peuples sauvages ont l'habitude de faire teindre leurs ongles, chaque jour, en nuances diverses.

La beauté des mains, comme on le voit, est un grand ornement quand elle est parfaite. S'il y a peu de personnes qui aient cet avantage, au moins avec des soins tout le monde peut-il, dans la plupart des cas, en corriger l'imperfection.

Rudesse des mains. — Une difformité, ou mieux un inconvénient que l'on rencontre assez communément, c'est la rudesse de la peau des mains. Au lieu d'être douce et flexible, elle est dure et inégale. Cet état est très-ordinaire, bien entendu chez les

personnes livrées à un travail manuel ou dont les mains sont continuellement en contact avec une substance irritante, pulvérulente ou liquide ; mais, en dehors de ces conditions, on rencontre assez fréquemment cette incommodité, pour que l'on doive la signaler. Je l'ai vue bien des fois chez des femmes, sans qu'on pût la rapporter à d'autres causes qu'à une disposition tout individuelle. Une fois admise la disposition naturelle à la sécheresse de la peau des mains, celle-ci est favorisée ou augmentée par l'influence du froid, par l'habitude de les plonger dans de l'eau ou trop froide ou très-chaude ; de se servir de savon mauvais, irritant. Les soins que cet état demande alors consistent à les tenir chaudement, à les soustraire à l'action du froid prolongé à l'aide de gants ; à se servir pour la toilette d'eau tiède, chargée de savon doux et mucilagineux, d'eau de son, de pâte d'amandes. Enfin on peut, le soir, les enduire avec de l'axonge fraîche ou du cold-cream, que l'on garde toute la nuit à l'aide de gants. Il faut éviter de se laver trop fréquemment les mains, et, quand on a cette disposition, il faut s'abstenir de toute espèce de labeur qui n'est pas indispensable et qui tend à produire l'âpreté de la peau.

Pâte savonneuse pour les mains.

Savon blanc pulvérisé. 300 Essence de savon. 2,00

Carbonate de potasse.	60	Citron.	1,5
Marrons d'inde. . . .	720	Girofle.	0,5
Essence de bergamote.	2		
Sucre.	15		

Mêlez exactement.

Pâte d'amandes au miel.

Amandes amères blanches et pilées.	250	grammes.
Miel.	500	—
Jaune d'œuf.	8	—
Huile d'amandes douces.	500	—
Essence de bergamote.	7	—
— de girofle.	7	—

Broyez d'abord le miel et les jaunes d'œuf ensemble. — Ajoutez l'huile petit à petit, et enfin les amandes pilées et les essences.

Poudre pour blanchir les mains.

Farine de marrons d'Inde. . . .	400	grammes.
— d'amandes amères.	360	—
Poudre d'iris de Florence.	30	—
Carbonate de potasse.	7	—
Essence de bergamote.	4	—

Mêlez.

Une pincée dans deux ou trois verres d'eau, qui devient blanche et savonneuse.

Gants cosmétiques.

Jaunes d'œuf frais.	2	
Huile d'amandes douces.	2	cuillerées.
Eau de roses.	30	grammes.
Teinture de benjoin.	2	—

On bat les jaunes d'œuf avec l'huile, puis on ajoute successivement l'eau de roses et la teinture.

On pénètre les gants retournés de cette composition, et on les met la nuit sur la peau.

Gerçures et crevasses. — Chez certaines personnes, la peau des mains tend à se gercer et à se couvrir de petites fentes et crevasses superficielles. Non-seulement ces crevasses sont quelquefois douloureuses, mais encore les impuretés de l'air s'y amassent et donnent aux mains une malpropreté que les lotions, les pâtes, etc..., ont souvent beaucoup de peine à faire disparaître.

Il faut avoir soin de ne pas laver les mains trop souvent, et surtout de les très-bien essuyer après les avoir mouillées. Un grand nombre de gerçures ont dû être attribuées avec raison à l'oubli de ce soin.

J'ai vu plusieurs fois chez des artistes, habitués cependant à l'exercice fréquent du piano, et aussi chez de jeunes personnes qui commençaient à jouer de cet instrument, d'abord se développer une grande sensibilité de l'extrémité des doigts, et bientôt s'établir une rudesse de la peau, quelquefois même des gerçures superficielles bornées exclusivement au bout des doigts.

Un moyen qui m'a souvent réussi, c'est l'emploi du mélange suivant :

Teinture d'aloès.	2 à 4 grammes.
Glycérine.	30 —

(Dr Chausit.)

Le soir, au coucher, on passe sur les points atteints un petit pinceau à aquarelle imbibé de ce mélange, que l'on garde toute la nuit, en mettant des gants.

Pour les gerçures, on fait des onctions avec le cold-cream, la pommade de concombres, ou bien avec les pommades suivantes :

Cérat blanc.

Blanc de baleine.	1 gramme.
Huile d'olive.	8 —
Cire blanche.	4 —

F. S. A.

Cérat de Hufeland.

Oxyde de zinc. . .	de chaque 2 grammes.
Lycopode	
Cérat.	30 —

F. S. C.

Veines trop grosses. — Le dessus de la main est parcouru par des veines qui doivent être peu apparentes. Il y a des personnes, en dehors de celles qui exercent ces parties à un travail rude, chez lesquelles les veines sont très volumineuses, et appa-

raissent d'une façon telle, que les mains, si bien faites qu'elles soient, ne sauraient être belles. C'est une disposition particulière, qu'il est assez difficile de prévenir, et à laquelle il est impossible de remédier ; cependant, pour peu qu'elle ait lieu, il y a plusieurs précautions à prendre. Ainsi, il faut encore éviter de les laver à l'eau très-chaude ; il faut se garder de l'habitude de les laisser penchées ; il faut éviter de porter des costumes dont les échancrures soient insuffisantes aux aisselles, et qui compriment le dessous des bras ; ou des manchettes trop étroites, ou des manches trop fortement ligaturées. Enfin il faut s'accoutumer à porter presque constamment des gants un peu étroits.

Engelures. — Il y a beaucoup de jeunes personnes, surtout celles qui sont d'un tempérament lympathique, qui ont habituellement les doigts gros, d'une couleur rouge livide, à la suite d'engelures répétées qui finissent quelquefois par altérer la peau, la détruire superficiellement, produire des cicatrices, altérer l'ongle lui-même. Rien ne nuit plus à la beauté de la main.

On a vanté une foule de formules. En voici quelques-unes :

Savon contre les engelures.

Camphre.	4	grammes.
Teinture de benjoin.	21	—
Ajoutez à la solution en triturant.		
Iodure de potassium.	8	—
Extrait de safran.	15	—
Versez sur le mélange.		
Huile d'amandes.	130	—
Lessive des savonniers.	60	—
Essence de lavande.	2	—

Mêlez.

Pommade.

Opium.	10	grammes.
Camphre en poudre.	5	—
Carbonate d'ammoniaque. . . .	10	—
Acétate de plomb.	20	—
Axonge.	120	—

Mêlez et faites une pommade pour oindre les engelures.

Baume contre les engelures.

Essence de térébenthine.	4	grammes.
Huile d'olive.	10	—
Acide sulfurique.	1	—

Mêlez.

Verrues. — Poireaux. — Les mains peuvent encore être gâtées par de petites excroissances, dont elles semblent être le siége favori, et dont les différentes formes sont connues sous le nom de poi-

reaux, de verrues. Leur présence a quelque chose de repoussant; c'est probablement ce qui a accrédité l'opinion qu'elles étaient contagieuses.

On a proposé pour les détruire un grand nombre de moyens. Lorsqu'une verrue ne tient à la main que par une pellicule étroite, la meilleure méthode pour l'enlever est de lier le pédicule avec un fil de soie. On peut aussi les couper soit avec le bistouri, soit avec des ciseaux, en ayant soin de cautériser la surface saignante avec le nitrate d'argent fondu (pierre infernale). Enfin quelques personnes, et surtout celles qui craignent l'instrument tranchant, préfèrent les caustiques, soit le nitrate d'argent fondu, les acides forts, l'acide azotique, etc., le muriate d'antimoine liquide, etc. C'est le moyen le plus dangereux, surtout quand il est mal appliqué. Je me suis servi bien souvent avec succès de l'*acide acétique* pur, avec lequel je touche, matin et soir, chaque verrue à l'aide d'un petit pinceau. C'est un caustique relativement peu actif, dont l'application, sans aucun inconvénient, mais répétée pendant plusieurs jours, finit par amener la disparition de la verrue. Dans tous les cas, en général, quand on veut se servir d'un caustique, pour éviter d'offenser la peau environnante, il faut appliquer un morceau de sparadrap de diachylon gommé, troué au centre,

de manière à laisser seulement à nu la verrue que l'on veut détruire.

Une autre incommodité assez fréquente des mains, et toujours fort désagréable, ce sont les mains suantes. J'ai vu des jeunes personnes dont les mains étaient toujours mouillées et qui n'étaient occupées pour ainsi dire qu'à les éponger continuellement avec un mouchoir fin, surtout à la face palmaire ; quelquefois c'est une petite sueur grasse, peu abondante, mais constante, qui gâte, qui tache tous les objets que l'on touche, souvent jusqu'au papier sur lequel on écrit : d'autres fois, c'est une sueur copieuse, dont les mains sont toujours abondamment mouillées. Liée évidemment à une disposition particulière de l'individu, cette incommodité augmente notablement, sous l'influence de causes accidentelles, de la chaleur, bien entendu, du mouvement, d'une impression plus ou moins vive, de la moindre émotion morale. C'est une véritable infirmité difficile à détruire, et que souvent même on craint de voir disparaître.

Il est prudent, en effet, de s'abstenir d'applications astringentes, de topiques répercussifs. Il n'y a qu'un seul moyen local auquel on puisse, on doive même avoir recours : c'est l'amidon en poudre.

On a proposé de révulser cette sueur sur les pieds

en les entourant de flanelle recouverte exactement d'un morceau de taffetas gommé. Outre que c'est un moyen d'une efficacité très-douteuse, nous verrons plus loin que la sueur des pieds n'est peut-être pas une incommodité meilleure.

Je ne vois de rationnel que des moyens généraux à opposer à cette espèce de faiblesse, d'hypersécrétion partielle. Il faut agir sur la constitution tout entière par des toniques, une alimentation un peu substantielle, par un exercice régulier, destiné à répartir d'une manière plus générale l'excrétion de la sueur, et, dans ce cas, les moyens qu'il faut préférer sont les exercices passifs, l'équitation, la promenade en voiture même; les bains thermaux, surtout ceux qui produisent directement sur la peau en général une action tonique légèrement irritante : ainsi, les eaux de Cauterets, de Bagnères de Luchon, de Baréges, d'Uriage, de Schinsnach (Argovie), etc.; enfin, les bains de mer qui, par réaction, produisent le même effet.

Ongles. — La première condition pour les ongles, avons-nous dit, c'est de les tenir propres. Il se fait entre la chair et le haut de l'ongle une sécrétion grasse, qui, avec les impuretés de l'air et des choses que l'on touche, forme une couche noire qui se reproduit incessamment. Chez quelques per-

sonnes, ce désagrément est tellement marqué que, même avec des soins assez minutieux, elles ont la plus grande peine à se tenir les ongles propres. Cela tient souvent à ce que, pour ôter la malpropreté qui s'amasse, on se sert d'un corps dur, qui n'est point uni, ce qu'il faut éviter avec le plus grand soin; autrement on enlève le poli de la face interne de l'extrémité de l'ongle, qui alors, devenue inégale, retient plus facilement encore les impuretés de l'air. Il faut éviter aussi de creuser de plus en plus l'intervalle qui sépare l'extrémité de l'ongle de la peau. C'est souvent là, je le répète, la double cause qui fait que certaines personnes ont toujours les ongles sales.

Pour nettoyer les ongles, il suffit de la brosse et du savon. La brosse doit être très-fournie, large et molle.

Quelques personnes se les nettoient fort bien, il est vrai, en frottant les extrémités des doigts avec du verjus ou du citron. Si le liquide coule le long de la surface de l'ongle (ce qu'il est impossible d'empêcher), à un autre point de vue de la beauté, ce procédé n'est pas tout à fait sans inconvénient, comme nous allons le voir à l'instant.

L'ongle, pour être beau, doit être, comme on dit, bien bordé. La base et les côtés doivent être engagés dans la chair des environs comme dans une

bordure ; il faut que la pellicule tendre qui l'entoure soit intacte ; il faut donc éviter avec grand soin tout ce qui peut la froncer, la dessécher. Rien n'est plus capable de l'altérer que le contact des acides dont je parlais à l'instant. Il faut la soustraire aussi au contact de matières trop chaudes, trop émollientes. Enfin, il faut ne pas chercher à régulariser cette bordure en passant à chaque instant un instrument en acier, si dans quelques points l'ongle est déchaussé ; il faut, dans ce cas, entourer le doigt d'un linge ou d'un peu de ouate que l'on laisse à demeure pendant quelques jours.

Cependant il arrive souvent que cette légère membrane s'étend outre mesure, surtout à la base, et cache la lunule, ce petit cercle blanc, qui fait si bien ressortir un bel ongle, un ongle bien rosé. Il faut l'enlever avec précaution, avec la pointe d'un cure-ongles.

Nous avons dit qu'il ne fallait pas laisser les ongles devenir trop longs, parce que leur extrémité libre, en se courbant, peut produire de la douleur, quelquefois même une véritable inflammation. On peut en dire autant d'un ongle coupé trop court ; outre que cela nuit à sa beauté, on irrite ainsi les papilles nerveuses et on produit aussi des effets ana-

logues. Il y a des personnes qui ne leur donnent pas le temps de croître et qui, dès qu'elles les voient monter au niveau de la chair, se hâtent de les couper, si elles ne les rongent pas avec les dents. Affreuse habitude; d'où il résulte que l'ongle, d'une part, n'a pas le temps de se fortifier et finit par être grêle et cassant; et de l'autre finit par être surmonté par la chair du bout des doigts, en forme de bourrelet; c'est fort laid. Et quand une fois l'habitude en a été prise, il est fort difficile de corriger cette véritable difformité. Le bourrelet est lui-même un obstacle à la pousse de l'ongle. Il devient douloureux. Si l'on se décide à le laisser croître de nouveau, il faut pour cela faire une petite compression permanente sur le bourrelet à l'aide de petites bandelettes de sparadrap de diachylon gommé, médiocrement serrées. Dans tous les cas, l'ongle repousse mal fait, large, aplati, inégal.

Cette inégalité de la surface de l'ongle existe quelquefois sans la disposition de l'ongle surmonté dont je viens de parler. Ce sont, au contraire, des saillies longitudinales assez désagréables. Ceci est un vice de sécrétion auquel on ne peut guère remédier. On se contente alors de rendre autant que possible la surface de l'ongle plus unie, en usant mécaniquement, mais légèrement, la saillie. On les

entretient polis en les frottant avec une éponge chargée d'un mélange égal de cinabre et d'émeri porphyrisé, et en les humectant ensuite avec un peu d'huile d'amandes amères.

L'ongle perd quelquefois sa transparence dans divers points, et il est le siége de petites taches blanches, assez désagréables à la vue, que l'on nomme *mensonges*. Heureusement l'accroissement de l'ongle les emporte en s'allongeant, car il n'y a aucun moyen de les faire disparaître.

Quant aux taches accidentelles et superficielles que laissent quelquefois les fruits et les cerneaux sur les doigts et les ongles, on les enlève avec du jus de citron ou d'oseille, quelquefois même seulement avec de l'eau pure, sans savon, au moins pour la peau.

Quelques personnes sont obligées de tenir les ongles un peu plus courts qu'il ne faudrait, parce qu'ils se fendent et qu'ils se cassent avec une extrême facilité. Cette disposition tient à un état général de sécheresse de la peau, et ne peut guère être détruite par des moyens locaux. Cependant, en outre du soin, indispensable alors, de les tenir dans un état de croissance modérée, de les couper avec soin, avant de les laisser dépasser certaines

limites, on peut, à la rigueur, remédier à cet inconvénient en faisant des onctions autour de l'extrémité des doigts, sur la peau qui entoure l'ongle, avec un corps gras, quelquefois même avec une pommade composée.

Ainsi on peut oindre ces parties le soir avec de la graisse de mouton épurée, de l'axonge fraîche, du cold-cream, ou bien avec la pommade suivante :

Goudron.	1	gramme
Axonge.	30	—

Mêlez.

On garde des gants toute la nuit, et le matin on lave les mains avec de l'eau de savon un peu chaude, ou avec une infusion, chaude aussi, de sauge, de menthe ou de romarin.

Quelquefois, vers la racine de l'ongle, l'épiderme se détache sous forme de petites pellicules connues sous le nom d'*envies*. Ce sont des gerçures, des déchirures, ou de petites fentes assez incommodes et quelquefois douloureuses. Il y a des individus qui sont très-sujets aux envies. Il y en a aux doigts desquels elles semblent pulluler, surtout dans la saison froide. Pour les prévenir, il faut éviter le frottement des mains contre des corps durs, le contact de

substances irritantes, corrosives, et surtout le froid. Quand elles existent, il faut bien se garder de les ronger ou de les arracher. C'est une manœuvre qui, outre qu'elle produit de la douleur, détermine quelquefois une inflammation vive. On l'a vue être la cause de panaris. Il faut les couper avec des ciseaux bien affilés et appliquer un petit emplâtre de diachylon gommé.

Cuisses. — Les cuisses sont principalement remarquables chez les femmes par leur plénitude, leur poli, la douceur de leurs contours. Elles doivent être fermes, massives, et dans la station, elles doivent se toucher légèrement dans le haut.

« Les reliefs qui les surmontent en arrière, dit Moreau de la Sarthe, ont un genre de beauté qu'il serait difficile de décrire, et qui paraît consister dans le passage agréable que ces renflements établissent entre le torse et les membres. La sécheresse ou l'exagération sont les défauts ordinaires de ces parties.

« Jambes. — Les jambes sont belles, quand elles sont longues, rondes, charnues, blanches, allant en amincissant par en bas, sans toutefois être dénuées de chair ; quand les malléoles sont disposées de manière à n'offrir que d'agréables contours. La forme

élégante du mollet et cette légère courbure qui forme un passage adouci de la jambe à la cuisse sont autant de traits qui appartiennent à une belle et heureuse conformation. L'articulation du genou doit être faiblement indiquée.

« Pieds. — Les pieds sont, comme les mains, l'expression d'une grande beauté dont la nature est avare.

« Le pied doit être grand ou petit, selon la proportion du corps, mais blanc, rond et bien assis.

« Le talon ne doit être ni plat ni trop relevé.

« Les chaussures modernes enferment ordinairement le deuxième orteil, qui naturellement a plus de saillie, comme on le voit dans l'antique. Il est arrêté dans son développement, et le pied, qui dans la circonférence de son extrémité devrait se rapprocher de la forme élégante de l'ellipse, s'arrondit sans grâce, et n'offre plus qu'une partie défigurée par de ridicules compressions. » (Moreau de la Sarthe.) Les dames devraient toujours porter des souliers couverts, et un peu plus longs que le pied. Rien ne leur prête plus d'avantages et ne soutient mieux leurs mouvements.

En général, on se met à la torture pour faire le pied petit, c'est une erreur ; un pied trop petit n'est pas beau.

D'un autre côté, on l'abîme aussi par une chaussure trop large.

Ne vagus in laxa pes tibi pelle natet.

Que ton pied ne nage pas dans une chaussure trop large.

Les pieds sont susceptibles de la plupart des difformités que nous avons vues appartenir aux mains. Ils en ont aussi de spéciales.

Pour les prévenir, il faut pour les pieds, plus peut-être que pour toute autre partie du corps, mettre en première ligne les soins de propreté. Il faut dans tous les temps, surtout dans les chaleurs de l'été, changer fréquemment de bas, et laver fréquemment les pieds avec de l'eau pure, ou avec de l'eau de savon tiède.

Pour les personnes qui marchent et transpirent beaucoup, il faut matin et soir les essuyer avec un linge chaud et sec, puis faire des affusions avec une eau alcoolisée, c'est-à-dire additionnée d'un peu d'eau-de-vie, d'eau de lavande, d'eau de Cologne, etc..., ou bien avec une eau aromatique, avec une infusion de thym, de sauge, de romarin.

Le Grand Frédéric avait institué dans son armée des chirurgiens destinés à surveiller les pieds des soldats.

Chez quelques personnes qui marchent beaucoup,

chez les voyageurs, l'épiderme se sèche, se durcit et prend quelquefois une épaisseur considérable; elles ont besoin d'enduire de temps en temps avec un corps gras le talon et la plante des pieds, à la condition de les laver soigneusement.

Mais cet épaississement peut devenir plus pénible et constituer une véritable cause de déformation. Il peut produire ce qu'on a appelé des durillons et des cors.

Les uns et les autres sont le résultat le plus souvent de la compression produite par des chaussures trop étroites, ou du frottement de chaussures trop larges. Camper a parfaitement signalé les conditions que doivent réunir les chaussures. Il a démontré la nécessité d'accommoder leur forme à celle du pied, aux changements qu'il éprouve dans les mouvements divers, de manière à laisser toujours la diagonale du losange que le pied représente dans sa place naturelle, au milieu de l'arc osseux et plus près du bord interne que de l'externe.

Le *durillon* est une callosité qui se forme à la plante des pieds et au talon des personnes qui marchent beaucoup, et qui, ermanente, devient douloureuse et gênante pour la marche elle-même. Le durillon consiste dans un épaississement de l'épiderme comme le cor, mais il en diffère en ce que, s'étendant en surface, il reste toujours superficiel, dépas-

sant même le niveau de la peau, tandis que le cor a une portion, de forme conique, qui pénètre plus ou moins profondément.

Comme je viens de le dire tout à l'heure, il suffit dans ces cas, pour rendre au bout de quelque temps de la souplesse à la peau, de faire des onctions avec un corps gras et de garder le repos.

Le *cor* a une racine profonde. Celse l'appelait *le clou des pieds*, à cause de la douleur souvent excessive qu'il occasionne, surtout lorsqu'il croît entre les deux orteils.

Le cor est une altération de l'épiderme que l'on observe quand le pied a été offensé par une chaussure trop étroite, trop courte ou trop large. Elle est produite aussi quelquefois par les plis, les inégalités formés par les bas. Les personnes à peau fine, délicate, très-sensible, y sont plus sujettes que celles dont la peau est plus épaisse et indolente.

Le cor croît insensiblement et ne devient douloureux que lorsqu'il est parvenu à une certaine grosseur. Il est accompagné alors d'une rougeur assez vive qui l'entoure, quelquefois d'un gonflement de l'orteil, et toujours d'une douleur vive qui est exaspérée par la plus légère contusion.

Au début on le coupe avec des ciseaux, un rasoir, un petit instrument tranchant, *ad hoc*, que l'on promène en dédolant, de manière à enlever chaque

fois une petite couche de la partie exubérante, en excavant un peu au-dessous de la peau ; ou mieux on l'arrache avec l'ongle après l'avoir ramolli par des cataplasmes, un emplâtre de diachylon gommé, de la cire molle, des pédiluves, etc... Le plus souvent ce n'est qu'un moyen palliatif. C'est cependant celui qui est généralement employé. Il est plus doux que les autres ; le cor met plus ou moins de temps à repousser et l'on recommence.

Un moyen plus actif, trop actif même, car il peut facilement devenir dangereux, c'est l'emploi des caustiques : de la potasse, de l'hydrochlorate d'ammoniaque, des acides nitrique, sulfurique, etc. Mal employés, ils pénètrent souvent plus profondément qu'on n'aurait voulu, sans qu'on puisse modérer leur action, et ils déterminent alors des accidents graves.

Le meilleur moyen, le seul qui soit curatif, c'est l'extirpation. Elle se fait avec une aiguille du diamètre d'une ligne, à forme ronde, dont la pointe est mousse, et adaptée à un manche *ad hoc*. On la fait pénétrer dans le cor après avoir isolé celui-ci à l'aide d'une petite dissection. Le pédicure adroit arrive avec son instrument jusqu'à l'insertion la plus profonde de la racine du cor sans faire sortir une goutte de sang, sans exciter la plus légère douleur. Les bains émollients, qui ne conviennent pas avant

cette petite opération, sont fort utiles après, à moins qu'on ne veuille laver les pieds dans une eau aromatique ou alcoolisée, ce qui vaut tout autant.

Enfin on a vanté un grand nombre de moyens pour guérir les cors : les emplâtres de savon, de mucilage, de gomme ammoniaque, de galbanum, les sparadraps de toute espèce, les feuilles de joubarbe, la pellicule connue sous le nom de baudruche, le coton et tant d'autres. Malgré leurs succès, il faut y avoir peu de confiance ; mais, comme ils sont sans danger, ils peuvent être employés par les personnes qui craignent de se livrer au pédicure. Ils peuvent même réussir, aidés, bien entendu, par le retour à des chaussures très-convenables.

Cérat doré pour les cors.

Cire jaune.	150	grammes.
Sulfate de zinc.	45	—
Oxyde de cuivre.	15	—
Vert-de-gris	15	—
Borax.	15	—
Sanguine.	45	—

Ampoule. — A la suite d'une grande fatigue, d'une longue marche, le pied, surtout au talon et au bord interne, est affecté d'une petite tumeur plus ou moins considérable remplie de sérosité ; on dirait une bulle produite par la brûlure : c'est une incom-

modité passagère. Percer la petite ampoule, évacuer le liquide sans enlever la peau, appliquer un petit linge fin enduit de beurre frais ou de cold-cream, de cérat, garder le repos, sont des moyens simples, qui, aidés des soins de propreté, suffisent pour amener une guérison prompte et facile.

Oignon. — Enfin le pied est quelquefois le siége d'une tumeur d'une autre nature, plus difficilement curable, qu'on a appelée *oignon.* C'est une tumeur œdémateuse, molle, blanchâtre, placée sur la tête d'un des os du métatarse, particulièrement sur l'articulation du premier os avec la première phalange du gros orteil ; elle intéresse quelquefois l'os lui-même. Des émollients, des cataplasmes, des chaussures faciles, le soin d'empêcher qu'elles n'offensent la tumeur en interposant un petit coussin de coton cardé, sont les seuls moyens à opposer à cette espèce d'infirmité.

Engelures. — J'ai déjà parlé, à propos des mains, de cette incommodité, qui souvent les déforme d'une manière si pénible : je veux dire les *engelures.* Elles sont encore plus fréquentes et plus graves, si je puis parler ainsi, aux pieds. Là encore, elles se montrent surtout chez des enfants, des jeunes filles à peau délicate, et généralement d'un tempérament lympathi-

que. Là, plus qu'aux mains encore, elles tendent à s'ulcérer, et constituent quelquefois une véritable petite maladie. Pour prévenir les engelures, quand on craint le retour, qui a lieu toujours à la mauvaise saison, il faut faire quotidiennement des frictions sèches aromatiques, des lotions avec l'eau froide pure, avec la neige, avec le vin, l'eau-de-vie camphrée, l'ammoniaque liquide un peu étendue, de l'eau fortement aromatisée avec l'esprit de lavande, de l'eau de Cologne, etc. Quand elles sont déclarées, il faut faire des onctions avec le baume de Fioraventi, la teinture de benjoin, le baume du Pérou. Ici encore, les eaux aromatisées sont utiles. J'ai employé souvent avec avantage la pommade suivante :

Précipité blanc.	0,30 centigr.
Chloroforme.	0,30 —
Cold-cream.	30 grammes.

Quand elles sont très-douloureuses, quand elles ont déterminé un gonflement assez considérable, il faut appliquer des cataplasmes de fleurs de sureau, de camomille, et les panser avec une pommade calmante de cérat laudanisé, etc. Enfin on a proposé contre les engelures l'emploi de l'électricité, qui aurait été, dans plusieurs cas, suivi de succès.

Mais, si les engelures ont une tendance à se multiplier, à s'ulcérer, si elles résistent avec opiniâtreté, elles sont évidemment entretenues par un état général, et les topiques ne sont plus que des auxiliaires insuffisants : c'est alors qu'il faut choisir une habitation salubre, des vêtements chauds et secs, un régime fortifiant ; qu'il faut s'habituer à faire un exercice régulier en plein air, et quelquefois prendre quelques médicaments destinés à combattre la prédominance des tissus blancs, à fortifier l'économie : ainsi l'huile de foie de morue, les amers, le sirop de raifort, de gentiane, le vin de quinquina, etc.

Chez quelques personnes, il s'établit, sinon continuellement, au moins très-fréquemment, une rougeur, un suintement entre chaque doigt, entre chaque orteil. En outre de ses inconvénients au point de vue de la propreté, cette petite incommodité, pour peu qu'elle augmente, va jusqu'à déterminer de la démangeaison, de l'inflammation même, au point de gêner la marche. Favorisée par une mauvaise conformation du pied, déterminée par des chaussures trop étroites, elle revient à chaque instant sous l'influence de la moindre fatigue.

C'est, d'ailleurs, une incommodité légère, mais qui demande quelques soins assidus, tels que des lotions aromatiques ou aromatisées, et la précaution

d'interposer entre les orteils un petit linge fin; au besoin, on pourrait l'enduire un peu des pommades suivantes :

Carbonate de plomb.	1 gramme.
Cold-cream	30 —
Essence de bergamote	X gouttes.

M. S. A.

Autre.

Soufre sublimé.	1 gramme.
Cérat.	30 —
Essence de citron.	X gouttes.

M. S. A.

Nous avons dit plus haut que les mains étaient souvent le siége d'une *sueur* abondante. Cette incommodité existe plus souvent encore aux pieds, où elle présente des inconvénients beaucoup plus graves, on peut le dire, en ce qu'elle est presque toujours accompagnée d'une odeur désagréable toujours, et quelquefois insupportable. Si elle n'était qu'accidentellement produite par une fatigue extrême et par l'oubli des soins les plus simples de la propreté, on comprend qu'elle guérirait facilement par le repos et par le retour à des habitudes qu'on ne doit jamais oublier. Malheureusement, le plus souvent, c'est une disposition particulière qui pro-

duit cette incommodité constante, mais qui est augmentée encore dans les conditions dont je viens de parler. Les personnes qui en sont atteintes, malgré des soins de propreté réellement minutieux, malgré les changements de linge fréquents, les ablutions répétées, ne peuvent s'en débarrasser complétement; aussi, dans ce cas, faut-il au moins chercher à en masquer le plus possible les inconvénients. Aux moyens tout naturels dont je viens de parler, on peut en ajouter quelques autres encore, destinés, je le répète, plutôt à rendre cette infirmité supportable qu'à chercher à supprimer cette sueur par des applications topiques, ce qui ne serait pas sans inconvénients pour la santé. Ces moyens consistent encore dans des ablutions avec une infusion de sauge, de thym ou de romarin, avec cette précaution toutefois de ne pas répéter trop souvent les lavages, qui finissent par macérer la peau et favoriser cette sécrétion exagérée. Une ablution faite matin et soir est suffisante. Seulement, il faut, après chaque ablution, les essuyer avec le plus grand soin, et les frotter avec une poudre absorbante. On a conseillé de le faire avec un mélange de pâte d'amandes en poudre très-sèche et de poudre d'iris de Florence. On peut encore, quand ils sont bien secs, les saupoudrer avec un mélange à la fois absorbant et odorant, dont on couvre aussi l'intérieur de la

chaussure; par exemple, avec les poudres composées comme il suit :

Amidon bien sec.	500	grammes.
Poudre d'iris.	125	—
Camphre.	10	—

Mèlez.

Ou bien :

Craie précipitée.	500	grammes.
Amidon pulvérisé.	250	—
Poudre d'iris.	250	—

Mêlez.

Ou encore :

Amidon en poudre.	500	grammes.
Iris en poudre.	250	—
Poudre de tan.	250	—

Mêlez.

Les ongles des orteils demandent autant de soin que ceux des doigts, et leur hygiène est plus importante encore. Ainsi il résulte de leur mauvaise conformation, qui est souvent elle-même la suite de la négligence et de la maladresse avec laquelle on les coupe, une incommodité douloureuse, quelquefois même une véritable maladie, *l'ongle incarné*.

Pour la prévenir, l'ongle doit être coupé en demicercle, au niveau des parties molles. Il faut retran-

cher les angles, sans les couper trop avant, afin qu'ils ne piquent point.

Plus encore que pour les doigts, les ongles des orteils ne peuvent rester sans être coupés. Ils peuvent acquérir plusieurs centimètres de longueur, se recourber en forme de griffe, et finissent quelquefois par atteindre une épaisseur considérable. Outre leur disposition informe, ils causent alors beaucoup d'incommodité pour la chaussure et pour la marche. Ils occasionnent souvent une vive douleur. C'est surtout pour les pieds qu'on a cité les exemples les plus curieux de proportions monstrueuses que peuvent acquérir les ongles, principalement au gros orteil. Le remède est facile : c'est la section ; il faut la répéter toutes les fois qu'ils présentent une partie excédante.

Quand, naturellement, l'ongle est sec et cassant, ce que l'on rencontre encore chez beaucoup de personnes ; quand sa face interne est séparée de la peau par un amas de matière onguéale, demi-solide ; il faut le nettoyer en enlevant fréquemment cette matière, et faire souvent des onctions à l'extrémité de l'orteil et sur l'ongle lui-même avec un corps gras quelconque, de l'axonge fraîche, du cold-cream, du cérat même, comme je viens de dire plus haut qu'il fallait faire pour l'épiderme endurci du talon, ou de la plante des pieds chez les marcheurs.

§ III.

Taille. Résumé.

Je n'ai point à m'occuper à la rigueur de la taille considérée comme grandeur, bien que celle-ci contribue à la beauté. Dans tous les cas, elle doit consister principalement dans un agrandissement des parties dont les attitudes contribuent davantage à la beauté et à la grâce. Ces parties sont le col et les membres inférieurs.

La taille de l'homme est en général plus élevée que celle de la femme ; elle diffère d'ailleurs suivant les climats. Les habitants du Nord sont généralement plus grands que ceux du Midi. Enfin, certaines habitudes, certains exercices, favorisent le développement de la taille : les armes, la natation, la gymnastique.

La taille, considérée comme la partie moyenne du tronc, surtout chez les femmes, est un des caractères du beau idéal. C'est l'opinion des Grecs et des Romains. Les vêtements concourent beaucoup à faire valoir les avantages de la taille ou à les

simuler quand on en est privé. L'ancien usage des manteaux qui, s'attachant sur une épaule et cachant une partie du torse, laissaient cependant apercevoir la taille, était fort avantageux à la beauté. En effet, la roideur, qui est mortelle à la grâce, est souvent causée par l'excessive justesse des vêtements.

« Les membres doivent être à l'aise dans leurs vêtements, a dit Jean-Jacques. Rien ne doit les gêner ; rien de trop juste, rien qui colle au corps. C'est une prétention ridicule et une erreur déplorable de regarder une taille extrêmement mince comme une véritable beauté. »

Si nous envisageons la taille comme synonyme de tournure, et c'est un des points principaux de notre sujet, nous verrons qu'une jolie tournure, une taille noble est le résultat d'une juste proportion, du rapport exact de nos diverses parties. Il y a d'ailleurs plusieurs degrés ou variétés dans la beauté de la taille.

Le mot jolie taille comporte l'idée d'une taille petite. Quand on a dit une taille avantageuse, au contraire, on désigne généralement une taille d'une grande élévation. On parle dans l'histoire de la taille avantageuse d'Auguste, qui fut réputé un des plus beaux hommes de son siècle.

Toutefois le mérite de la taille consiste moins dans son élévation ou son exiguïté que dans une juste proportion, qui favorise la liberté et la grâce des mouvements. La taille doit être proportionnée au buste qu'elle supporte.

Quoi qu'il en soit, l'élégance, la légèreté, la souplesse de la taille, sont des qualités essentielles de la beauté. C'est en elles que réside la noblesse, la force, la tournure, en un mot.

Les mouvements d'un homme comme il faut ont toujours de l'élégance, à moins qu'il ne soit gêné par la timidité, et, ce qui est pire, à moins qu'ils ne soient affectés.

Il faut éviter de marcher en dandinant; c'est une difformité désagréable, à laquelle cependant plusieurs personnes se laissent trop facilement aller par une mauvaise habitude.

Il y a bien quelque chose de désagréable encore dans une démarche lourde et pesante; elle a souvent son origine dans le défaut d'attention que l'on a apportée, en faisant marcher un enfant avec soi, de ne pas proportionner ses pas à son allure. Il faut cependant se bien garder d'aller plus vite que ne peut aller l'enfant sans se forcer. On l'habitue à de grandes enjambées, et plus tard à cette démarche lourde et pesante qu'il conserve.

Beaucoup de personnes tiennent leurs jambes

avec mauvaise grâce en marchant, et ont l'air d'en être embarrassées lorsqu'elles sont debout. L'aisance du maintien est cependant une chose bien importante; son absence suffit souvent, bien à tort assurément, pour qu'à la première vue on soit mal prévenu en faveur de l'individu qui en manque.

« Un sot, a dit La Bruyère, n'entre ni ne sort, ne s'assied ni ne se lève, n'est sur ses jambes comme un homme d'esprit. »

Sans accepter l'absolu de cette maxime, on ne saurait trop recommander aux parents de tâcher d'empêcher cette habitude au moins très-désagréable.

Enfin, un léger abandon dans l'attitude, une souplesse gracieuse, une douce mollesse, ajoutent à la séduction des grâces, à la puissance de la beauté.

CHAPITRE IV.

DE LA PEAU.

§ Ier.

La peau n'est pas seulement une remarquable enveloppe qui revêt les contours plus ou moins doux, les lignes plus ou moins harmonieuses de la périphérie du corps ; c'est un composé de plusieurs organes distincts et d'appareils divers, qui lui donnent des relations intimes avec le reste de l'économie, et en font une des parties les plus importantes et les plus curieuses de l'organisation humaine. La peau est douée d'une sensibilité exquise particulière; on y trouve des papilles nerveuses qui constituent un sens tout spécial; des vaisseaux qui l'animent et la colorent; de merveilleux petits appareils qui établissent entre elle et le reste de l'éco-

10.

nomie un échange de relations continuelles, le tout revêtu d'une couche mince, fine, qui la protége partout. Elle sent, elle respire, elle rejette au dehors toutes les matières impures apportées par le flot circulatoire. Enfin, elle est soutenue par une couche plus ou moins épaisse, suivant les régions, d'un tissu qui la maintient, adoucit les inégalités du squelette, facilite les mouvements.

Quand rien n'est venu altérer cette merveilleuse disposition, la peau semble avoir une vie à elle. Le toucher est la source de mille jouissances. Enfin, la beauté fleurit, en marchant de pair avec une santé rayonnante.

Mais on comprend combien d'influences diverses peuvent troubler la douce harmonie de ces fonctions. Cette sensibilité exquise n'est pas toujours contenue dans ses limites. Ce petit réseau vasculaire, si admirable, peut être atteint dans sa sensibilité, dans sa contractilité. Ces merveilleux petits appareils peuvent être troublés dans leurs fonctions.

Indépendamment des atteintes extérieures, la peau peut présenter à la surface le retentissement de perturbations éloignées, profondes, d'altérations d'un état général : alors le teint perd son éclat, la chevelure se ternit, tombe ou blanchit; la peau s'altère, se ride, s'affaisse, se flétrit. La beauté disparaît.

Les maladies dont elle peut être le siége sont, en effet, bien nombreuses, et leur histoire, si curieuse qu'elle soit, ne doit pas nous occuper ici. Disons seulement qu'avec leurs symptômes toujours en évidence, elles ont un cachet spécial qui dans tous les temps a été l'objet d'une répulsion générale. De là ces idées de principes particuliers, de vices, de virus dont les travaux modernes ont fait justice. De là ces idées fausses entretenues par ce mot banal, vide de sens, ce mot *dartre*, que ceux qui s'occupent sérieusement de la science ont laissé dans les vieux cartons de la vieille médecine, et qui, lorsqu'on est obligé de l'employer par condescendance dans le langage vulgaire, n'a d'autre sens que d'être synonyme de maladie de la peau.

En dehors de ces causes graves d'altération de la beauté, liées intimement à l'altération de la santé, on comprend qu'avec une pareille organisation, avec son activité, la nature de ses fonctions, ses rapports avec tous les autres organes, surtout par sa position qui l'expose à toutes les influences extérieures, la peau soit offensée par une foule d'altérations qui, sans être des maladies proprement dites, sont autant d'outrages à la beauté, et qu'il faut tâcher de prévenir ou de corriger si elles ne sont qu'accidentelles, ou masquer et atténuer, si elles sont congénitales.

Bien que les lésions de la sensibilité échappent en général aux conseils que l'on pourrait demander à l'hygiène de la beauté, il y en a quelques-unes cependant qui ne sont pas tout à fait étrangères à notre sujet.

Ainsi, certains tremblements partiels des mains, par exemple, sont souvent le résultat d'excitations du système nerveux, produites par les excès, l'abus des boissons alcooliques, les émotions morales vives, les passions, la peur, la colère, etc. Il suffit de les énoncer pour faire comprendre toute l'importance du soin que l'on doit apporter pour éviter ces diverses causes, et pour maîtriser le plus possible les entraînements d'un système nerveux trop excitable.

A ce propos, je dirai seulement qu'on ne saurait porter trop d'attention pour empêcher le développement de la peur chez un enfant, ou le guérir s'il en est attaqué. C'est une erreur de croire qu'à un âge où la réflexion n'a pas acquis assez de force, on peut guérir un enfant de la peur par la sévérité, et en le forçant à la dominer; si elle n'est pas raisonnée, elle est toujours motivée, et c'est par une douce intervention, c'est en l'éclairant tranquillement, quelquefois même en l'éloignant de l'objet qui l'effraye à tort, plutôt qu'en l'obligeant à lutter contre la frayeur, jusqu'à ce qu'il comprenne par lui-même, que l'on peut détruire à son origine cette

douloureuse faiblesse, dont les impressions peuvent avoir sur la vie une influence dont on ne se doute généralement pas.

Une désagréable incommodité, et qui est encore assez fréquente, consiste dans certains mouvements involontaires qui ne sont point accompagnés de douleur, comme dans la névralgie, maladie souvent si pénible, mais qui, désignés sous le nom de *tic*, consistent dans des mouvements devenus involontaires, des attitudes bizarres, des gestes singuliers, qui résultent le plus ordinairement d'une mauvaise habitude, dont la rectification plus tard exige beaucoup de soins, et à laquelle on ne parvient pas toujours à se soustraire, malgré la persévérance que l'on peut mettre pour en obtenir la guérison.

Il suffit encore de rappeler cette incommodité pour engager à s'opposer de bonne heure à son développement.

Enfin, c'est encore ici l'occasion de rappeler ces prurits, ces démangeaisons qui conduisent à l'insupportable habitude de se gratter devant tout le monde, sur quelque partie du corps que ce soit, et surtout au cuir chevelu.

Ici, c'est une incommodité à laquelle on peut remédier d'abord avec une ferme volonté (car c'est souvent devenu une habitude), et aussi avec l'ob-

servance de quelques précautions hygiéniques.

Les premières consistent dans le soin d'éviter, autant que possible, tout ce qui peut exciter le système nerveux, car on rencontre surtout cette incommodité chez les personnes nerveuses, sensibles, impressionnables, irritables surtout.

Les secondes appartiennent au régime alimentaire, diététique, à l'usage habituel de certains aliments. Ainsi il faut s'abstenir, ou au moins user peu, de mets de haut goût, de viande de porc, de coquillages, de fromage fermenté, de boissons alcooliques. Quelquefois même il faut interroger ses habitudes pour trouver l'aliment qui, en dehors de ceux que je viens de citer, et en vertu d'une idiosyncrasie particulière et inexpliquée, peut produire cet effet désagréable. Ainsi on a signalé les amandes, le miel, les fraises et beaucoup d'autres qu'il est inutile d'énumérer ici.

Ces précautions, d'ailleurs, doivent être aidées par des soins d'une propreté minutieuse, par l'emploi des bains, des lotions, quelquefois même certains topiques. J'insisterai enfin sur l'attention qui doit suffire à perdre la mauvaise habitude de se gratter, qui souvent persiste alors qu'elle n'est plus légitimée par le plus léger prurit.

Dans quelques cas, cette hypéresthésie de la peau se traduit par une véritable douleur au lieu de

prurit. Ainsi j'ai vu des femmes qui ne pouvaient s'asseoir sur les coussins les plus doux sans ressentir une douleur vive qu'elles comparaient à la piqûre d'une aiguille.

J'ai vu des gens qui supportaient avec peine le frottement de certains vêtements, et entre autres un professeur qui ne pouvait porter que des habillements de femme, au moins pour la partie inférieure du corps. Pour ces incommodités, alors même qu'elles ne s'élèvent pas à l'état de maladie, je ne puis que recommander les moyens hygiéniques dont je viens de parler tout à l'heure. Il faut les aider par l'usage de bains de son, dans lesquels on fait dissoudre 125 grammes de carbonate de soude ; de lotions avec une infusion de menthe, de sauge ou de romarin, à la température de 26 ou 28 degrés Réaumur, ou bien avec la mixture qui suit :

Sous-carbonate de soude . . .	2 à 4	grammes.
Eau distillée de tilleul.	250	—
Essence de roses.	1	—

Ou enfin d'une pommade composée avec :

Chloroforme.	50 centigr.
Axonge.	30 grammes.

M. S. A.
Pour frictions.

La peau, qui doit être lisse, unie, d'un certain éclat, douce, flexible, comme molle et onctueuse au toucher, est souvent altérée dans sa couleur, dans son poli. Elle peut subir à sa surface un grand nombre d'atteintes plus ou moins incommodes, plus ou moins difformes.

La peau contient un petit appareil destiné à sécréter une espèce d'enduit léger qui lui donne sa souplesse, facilite ses mouvements, surtout dans certaines parties ; lui permet une grande mobilité, notamment au visage. Nous avons vu déjà, à propos de cette région, les inconvénients qui résultaient quelquefois de cette sécrétion grasse en trop. La même incommodité peut exister sur d'autres points de la surface du corps, où la peau est alors généralement huileuse, trop grasse; et si cette incommodité est le plus souvent peu étendue et bornée à une région limitée, à la face, aux mains, par exemple, elle peut être générale. Comme je l'ai dit plus haut, il n'y a d'ailleurs à lui opposer que des soins de propreté, des bains, des ablutions et un fréquent changement de linge.

D'un autre côté, cette merveilleuse enveloppe épidermique qui l'entoure et la protége de toute part n'a pas toujours son intégrité normale; elle est plus ou moins viciée dans sa sécrétion : de là plu-

sieurs degrés dans un état de sécheresse de la peau qui vont jusqu'à constituer de véritables infirmités.

Il est assez fréquent de rencontrer des personnes chez lesquelles la peau n'a pas sa souplesse ordinaire ; elle est terne, épaisse, comme chagrinée. Cette petite incommodité existe sur toute la surface cutanée; mais elle est bien plus marquée, en général, dans certaines régions, aux bras, à la partie externe des cuisses, aux jambes.

Il y en a d'autres dans lesquelles cette dureté de la peau, devenue plus considérable, prend une autre forme plus pénible et plus incommode. Ainsi, dans quelques parties, la peau se casse, se fend ; il en résulte une fissure plus ou moins profonde, sèche, quelquefois même douloureuse. On observe ces gerçures à la paume des mains, à la plante des pieds, surtout aux talons. Il en a été question plus haut. Mais c'est surtout aux lèvres que siége quelquefois cette incommodité, où alors elle est réellement très-grande. Il n'est pas rare de voir des personnes, et surtout des femmes à tempérament blanc, lymphatique, avoir, surtout pendant l'hiver, la lèvre inférieure entamée superficiellement en plusieurs endroits, et quelquefois coupée assez profondément dans un seul, au centre. Il en résulte une fissure souvent douloureuse, qui s'ouvre davantage quand elles parlent ou quand elles rient, et qui, dans tous

les cas, constitue une incommodité fort désagréable pour le visage. Le froid en est la cause la plus ordinaire. Elle coïncide d'ailleurs avec la sécheresse de la peau et l'absence de la transpiration.

Il faut faire des lotions adoucissantes avec de l'huile d'amande douce, de l'eau de guimauve, etc., des onctions avec le le cold-cream, l'huile de cacao, avec la glycérine bien pure.

Pommade contre les gerçures des lèvres, des seins, du visage.

Beurre de cacao.	partie égale.
Huile d'amandes douces. . . .	

Mêlez.

Beurre de cacao.	500	grammes.
Cire vierge.	250	—
Blanc de baleine.	250	—

F. S. A.

Axonge.	30	grammes.
Baume du Pérou.	4	—
Extrait thébaïque.	0,50	—

Mêlez.

Elle peut aller d'ailleurs jusqu'à un état particulier de la peau, un épaississement et une sécheresse de l'épiderme, sous forme d'écailles plus ou moins larges. Ces écailles ne reposent sur aucune surface

enflammée ; elles constituent la peau saine, mais anormale. Elles sont dures, d'un blanc grisâtre, imbriquées. Leurs dispositions donnent à la peau un aspect tout nouveau, tout particulier, tout bizarre. On les a comparées aux écailles de poisson, de serpent, etc., — ce qui leur a fait donner le nom d'*ichthyose* nacrée, serpentine, cyprine. Ce n'est point d'ailleurs une maladie proprement dite; c'est un état congénital, une monstruosité, scientifiquement parlant, qu'il est inutile de chercher à guérir. La peau ichthyosique est héréditaire ; elle saute quelquefois une ou deux générations ; elle semble, dans les familles, suivre certaines lignées. On a cru remarquer que certaines contrées, le Berry, par exemple, lui étaient plus favorables. Enfin, Biett a dit qu'elle était plus commune chez les hommes que chez les femmes. Elle peut affecter toute la surface cutanée, c'est même le plus ordinaire, à intensités différentes. Elle est quelquefois partielle, surtout au cou et à la surface externe des membres ; elle est plus rare au visage.

Comme je viens de le dire, il est inutile de chercher à guérir cet état, qui est tout à fait incurable et qui d'ailleurs est parfaitement compatible avec la santé; mais on peut en pallier les inconvénients, adoucir les incommodités qui en résultent. Pour cela, il faut entretenir, autant que possible, une

douce chaleur à la surface du corps, porter de la laine, pour favoriser constamment une transpiration très-difficile, et qui quelquefois même n'existe que dans quelques points; il faut faire des lotions mucilagineuses et des onctions avec un corps gras quelconque (axonge fraîche, cold-cream), etc., d'autant plus fréquentes que les écailles sont plus épaisses. Il faut se baigner régulièrement tous les deux jours dans la belle saison, deux fois la semaine, l'hiver. Ces bains doivent être rendus émollients par l'addition du son, de la gélatine. On augmentera leur efficacité en y ajoutant de temps en temps 125 grammes de carbonate de soude. La température devra être de 28 à 30 degrés Réaumur, et la durée d'une heure. Les bains frais, les bains de rivière, de mer, ne produiraient pas le même effet. On emploiera, au contraire, avec plus d'avantage encore, les bains de vapeur aqueuse à l'étuve, à 34 ou 36 degrés Réaumur, et d'un quart d'heure de durée.

L'épaississement de l'épiderme peut augmenter encore et aller jusqu'à une *production cornée*. Comme l'ichthyose, cette production semble aussi être héréditaire, quoiqu'on l'ait vue déterminée par une contusion ou s'élever sur une plaie, remplaçant une verrue. Elle peut d'ailleurs être plus ou moins saillante et plus ou moins étendue. J'en ai vu une à la

joue d'une femme, qui avait acquis 12 à 15 centimètres de saillie.

Les productions cornées peuvent exister sur tous les points de la surface du corps. On les a cependant observées plus souvent au cuir chevelu, aux cuisses, au sternum et sur les points intermédiaires entre les muqueuses et la peau. Je les ai vues répandues en très-grand nombre sur le dos.

J'ai vu, il y a bien des années, dans un hôpital de Paris, une femme bien portante d'ailleurs, dont une grande portion du cuir chevelu était convertie en une matière cornée. Pour une médiocre rétribution, elle en laissait couper un petit morceau, ce qui avait fini par lui rapporter un petit pécule assez considérable [1].

Il faut de bonne heure avoir recours à des moyens tout chirurgicaux, à l'extirpation ou à la destruction par des moyens caustiques.

Les altérations de la couleur de la peau sont fréquentes; elles sont d'ailleurs de différentes espèces.

Les unes, développées sous l'influence de causes internes, de l'âge, des troubles de la menstruation,

[1] On a décrit sous le nom d'hystriasis une forme de l'ichthyose dans laquelle la peau de l'homme présente des piquants comme le porc-épic.

de différentes affections organiques, sont générales : ainsi les pâles couleurs, l'ictère, les diverses teintes d'une couleur paille, bleue, etc. Elles sont d'ailleurs l'expression d'un état maladif plus ou moins sérieux, et, comme telles, du ressort de la pathologie; elles ne disparaissent qu'avec la guérison de la maladie qu'elles traduisent.

Les autres résultent de causes accidentelles ou de causes naturelles qui n'altèrent pas, à proprement dire, la santé. Elles sont le plus souvent locales, et généralement d'une étendue peu considérable.

Ainsi, on observe quelquefois sur les joues, sur le cou, de petites taches éphémères légèrement rouges, et dans quelques cas surmontées d'une petite exfoliation farineuse. On les voit surtout chez des personnes dont la peau est très-fine, très-délicate, chez des enfants, chez de jeunes filles; elles apparaissent le plus souvent sous l'influence du soleil ou de l'action du froid, ou encore du contact d'un objet malpropre. Ces petites taches farineuses n'ont ordinairement pas de durée, elles s'en vont d'elles-mêmes. Dans tous les cas, il suffit de quelques lotions avec un peu d'eau salée, pour les voir disparaître facilement.

D'autres fois, et principalement encore au visage, mais aussi au cou, à la poitrine, à la face dorsale des mains, la peau est parsemée d'une foule de petites

taches isolées, très-petites, de la largeur d'une lentille au plus, quelquefois très-nombreuses, d'un jaune safrané : c'est ce que l'on appelle les taches de rousseur (*lentigo*). Comme je viens de le dire, elles apparaissent surtout aux points qui sont le plus exposés à la lumière ; souvent congéniales, elles se développent ordinairement dans la première ou la seconde enfance, chez les personnes dont la peau est blanche et délicate, surtout chez des personnes blondes. Elles augmentent évidemment sous plusieurs influences et surtout sous celle de l'insolation. Quelqufois même, quoique plus rarement, l'insolation les produit accidentellement. Dans quelques cas, je les ai vues disparaître complétement l'hiver pour revenir à la belle saison. C'est une petite difformité qui nuit évidemment à la beauté, surtout quand les taches sont comme confluentes, d'une couleur fauve, quelquefois comme ignée ; elle est d'autant plus regrettable que, dans la plupart des cas, elle vient gâter un teint charmant et une peau d'une délicieuse finesse. Les longues stations au soleil, les veilles, les exercices trop violents, les études trop assidues, les excès quels qu'ils soient, une constipation opiniâtre, sont autant de causes qui peuvent produire ces taches et surtout en augmenter l'intensité. Le premier soin consiste donc à les éviter. Quant aux moyens topiques, on en a

vanté beaucoup ; il faut se défier de ceux qui consistent à enlever l'épiderme, pour enlever la tache ; c'est la peau tout entière qui est le siége de cette coloration. Voici quelques-uns de ceux qui ont été le plus préconisés.

On a conseillé d'appliquer tous les jours, à l'aide d'un petit pinceau, quelques gouttes d'alcool et d'*huile de ben* mêlés. Trois ou quatre gouttes de l'un et de l'autre suffisent chaque fois.

On peut avoir recours encore à quelques autres cosmétiques.

Eau de Vienne.

Son d'amandes.	60	grammes.
Eau de fleur d'orange.	250	—
Eau de roses.	250	—
Faites un mélange, ajoutez :		
Borax.	4	—
Teinture de benjoin.	8	—
F. S.		

Lait virginal.

Teinture de benjoin.	4	grammes.
Eau de roses.	500	—
Mêlez.		

Lotion de Guerlain.

Eau distillée de laurier-cerise et de pêches.	1000	grammes.
Teinture de benjoin.	15	—
Extrait de Saturne.	125	—
Alcool mêlé à la teinture. . . .	60	—
M. S. A.		

Il y a une espèce de lentigo, par action du feu, que l'on observe surtout aux jambes et aux cuisses, principalement chez les personnes qui se tiennent trop près des foyers, ou chez les femmes qui restent assises au-dessus de vases remplis de charbon en ignition; il en résulte des taches irrégulières, comme proéminentes, d'une couleur jaune foncé et fixes.

Pour tâcher de les faire disparaître, ou au moins les diminuer, il faut avoir recours à quelques lotions, soit avec de l'eau additionnée de quelques gouttes de jus de citron ou d'un peu de vinaigre, soit avec une solution de sulfate de zinc.

Sulfate de zinc.	0,50
Eau distillée.	250 grammes.
Essence de citron.	X gouttes.

On peut encore employer le vinaigre virginal.

Alcool.	30	grammes.
Vinaigre fort.	30	—
Benjoin.	30	—

Laissez macérer quinze jours, filtrez. Une dizaine de gouttes dans un verre d'eau la rend lactée. — Pour lotions.

Les taches qui surviennent à la peau sont quel-

quefois irrégulières, plus grandes, plus largement répandues; elles sont aussi plus foncées, pouvant se développer sur tous les points de la surface du corps; elles affectent de préférence le front, le cou, la poitrine, le sein, l'abdomen, les aines et les cuisses. D'abord isolées et discrètes, elles se multiplient, deviennent confluentes, se réunissent et forment des plaques plus ou moins étendues, irrégulières, dont la teinte est uniformément jaunâtre. Ce caractère, joint à ce que les plaques peuvent être très-largement répandues sur tout le corps, fait tellement ressortir la blancheur de la peau dans son état normal, que j'ai vu bien des fois prendre cette blancheur pour une décoloration. Du reste, il est évident que, dans certaines circonstances, il y a une inégale répartition de la matière colorante, absente ici, et en excès à côté, qui produit ces taches jaunes d'une part, et de l'autre ces taches blanches qui sont la suite de la décoloration.

Ces taches sont toujours un symptôme accidentel; on les observe surtout à l'âge adulte; elles sont fréquentes chez les femmes blondes, à peau fine, et impressionnables. Elles sont produites par des écarts de régime, l'ingestion de certaines substances alimentaires, la suppression ou la diminution du flux menstruel, etc. On les a attribuées à l'influence d'une affection organique, et assez généralement, la plu-

part d'entre elles passent pour des taches *hépatiques*, mais ce lien est au moins hypothétique; c'est, je le répète, une inégale répartition de la matière colorante, et ces diverses colorations appartiennent à un type commun, aux éphélides; c'est à elles encore qu'il faut rapporter celles que l'on observe souvent chez les femmes enceintes et qui constituent ce que l'on appelle le *masque*.

Ordinairement elles disparaissent par l'emploi des bains sulfureux. En général, l'emploi des topiques est inutile. J'ai cependant vu quelquefois faire usage de quelques pommades qui m'ont semblé aider à leur disparition.

Sous-carbonate de soude.	2 à 4	grammes.
Axonge.	30	—
Essence de Portugal	1	—

Autre.

Soufre sublimé	0,50	
Carbonate de potasse.	1	—
Cérat de Galien.	30	—
Essence de citrons	VI	gouttes.

M. S. A.

Enfin, on peut alterner les bains avec des lotions composées d'une solution de 4 grammes d'hydrosulfate de potasse pour un kilogramme d'eau.

Si les taches dont nous venons de parler, et qui consistent dans une lésion idiopathique de la production pigmentaire qui est sécrétée en trop, constituent une petite difformité souvent pénible en ce qu'elle nuit à la beauté, cette difformité est plus désagréable encore, quand elle consiste dans la même lésion, mais avec sécrétion en moins, c'est-à-dire dans une décoloration.

La décoloration de la peau peut être due à l'absence complète du pigment; elle constitue alors une affection générale et congénitale des plus curieuses et aussi des plus rares, l'*albinisme*. C'est une monstruosité dépendant de l'absence complète, absolue, de la matière colorante. La peau a une blancheur mate, uniforme, un aspect laiteux très-remarquable; les cheveux sont blancs, lisses, soyeux, tombant comme les poils des chèvres. Dans quelques cas, au contraire, ils sont crépus, droits, rudes; le plus souvent d'une blancheur éclatante, comme argentée. Il en est de même des cils, des sourcils, etc. Le reste du corps est couvert d'un duvet ayant la consistance de la flanelle et la blancheur du coton.

L'albinisme est une affection toujours congénitale, et assez rare d'ailleurs pour que l'on ait voulu faire une race à part des individus qui en étaient atteints. C'est une erreur, les Albinos se trouvent dans toutes les races humaines, bien que

leur existence ait paru coïncider avec celle de certaines conditions climatériques.

C'est un état organique contre lequel il n'y a pas de traitement.

Il n'en est pas de même de cette décoloration partielle dont je parlais tout à l'heure, en opposition aux éphélides. Celle-ci est surtout fréquente au milieu de la vie. Elle semble affecter les femmes plus que les hommes, et être influencée par un tempérament lymphatique; c'est d'ailleurs une lésion de sécrétion de la matière colorante dont la nature est inconnue, et sur la production de laquelle les causes extérieures et locales semblent n'avoir aucune action. Ce sont des taches plus ou moins étendues, ordinairement assez bien arrondies, où la peau devient glabre, lisse, unie. On les rencontre sur tous les points de la surface du corps, mais surtout aux parties velues, et notamment au cuir chevelu et à la barbe. Dans quelques cas, les cheveux ne participent pas à la décoloration, mais ils tombent. Dans d'autres, au contraire, le *vitiligo* (c'est le nom de cette affection) existe sans alopécie. Les cheveux alors deviennent blancs et forment des mèches très-limitées, d'un volume variable, qui, si elles sont multiples et si elles tranchent sur une chevelure d'un beau noir, par exemple, impriment à la tête un aspect des plus curieux.

Le vitiligo peut, chez les nègres, être congénial, et se présenter sous la forme de taches blanches, irrégulières, d'une étendue variable. Les nègres qui sont affectés de cette monstruosité prennent le nom de nègres pies.

Nous venons de voir un peu plus haut qu'il est quelquefois répandu sur tout le corps, mélangé avec des plaques d'éphélides. Il serait inutile d'ajouter que cette affection de la peau, qui n'est d'ailleurs nuisible qu'à la beauté, est absolument sans gravité, bien que, par une erreur inconcevable, on ait voulu en faire une maladie contagieuse... ce qui n'existe jamais.

Ici l'emploi des moyens topiques est tout à fait de mise. Ils sont destinés à aviver les parties décolorées, à ranimer la fonction suspendue. On a proposé un assez grand nombre de moyens, tous plus ou moins excitants. Il faut se garder, toutefois, de produire une irritation locale trop forte.

Voici les pommades qui m'ont le mieux réussi :

Teinture aromatique	4 grammes.
Moelle de bœuf préparée	30 —

F. S. A.

Autre.

Tannin.	4 grammes.

Axonge. . . . . 30 grammes.
Teinture de cannelle. . . . . . . 1 —

F. S. A.

Pour onctions le soir sur les points décolorés.

Je fais faire le matin des lotions sur le même point avec de l'eau salée, à peine tiède. J'ai aussi obtenu de bons résultats de frictions sèches, ou faites avec un linge fin imbibé d'une teinture aromatique ou d'une teinture de sulfate de quinine.

Les bains alcalins, les bains sulfureux, une saison aux eaux sulfureuses thermales, peuvent aider heureusement ces divers moyens.

Il y a une autre altération dans la production pigmentaire qui afflige la peau de colorations de grandeur variable, présentant mille couleurs, affectant mille formes, d'ailleurs congénitales et incurables. Ces taches, que l'on a désignées sous le nom de *spili* (de σπῖλος, macule), sont connues vulgairement sous la dénomination d'*envies*, qui leur a été donnée par suite de la croyance que ces *nævi pigmentaires* devaient être, dans la plupart des cas, attribués à certaines impressions éprouvées par la mère pendant la grossesse. Ces taches siégent sur tous les points du corps, de préférence aux mains, au cou et au visage. Ordinairement limitées à des points peu étendus, elles sont quelquefois au con

traire plus largement répandues, de manière à occuper la moitié de la figure, par exemple, ou la plus grande partie d'un membre. Leur surface est unie; leur forme irrégulière varie beaucoup par la teinte qu'elle présente. Le plus souvent elles sont jaunes, et dites *taches de café;* rouges, et dites *taches de vin;* ou noires : dans ce dernier cas, elles peuvent être couvertes de poils courts, et très-durs.

Ayant eu souvent occasion d'examiner de près la nuque et le cuir chevelu, j'ai été frappé en voyant combien était fréquente, chez les femmes, une petite tache rouge, irrégulière (tache de naissance), à la racine des cheveux, et couvrant en partie une petite portion de la peau de la nuque et une portion de celle qui était couverte de cheveux à leur dernière limite. J'ai vu souvent cette petite tache, qui n'a point été signalée, que je sache, prise pour une maladie de la peau.

J'ai vu aussi, mais moins souvent, une rougeur analogue aux sourcils; c'est ordinairement une tache irrégulière qui semble partir en effet de la région sourcilière, déborde un peu sur le front et descend ordinairement sur les faces latérales du visage. Elle est rouge, et semble tenir autant des nævi, ou taches sanguines, que des nævi pigmentaires. La rougeur en effet augmente dans toutes les circonstances où la peau du visage se congestionne. Ordinai-

rement la tache n'est pas lisse, la peau est chagrinée, inégale, et parsemée de petites papules, dures, résistantes, qui même quelquefois deviennent accidentellement le siége d'une exfoliation épidermique légère.

Cette tache est congéniale ; on ne s'en aperçoit quelquefois que tard, mais toujours dans la jeunesse ou bien la seconde enfance, à cause de la mobilité qui existe dans l'intensité de sa nuance, et aussi parce que les individus chez lesquels on l'observe sont ordinairement bruns et colorés.

La tache de naissance est une petite incommodité que j'ai vue assez souvent et qui nuit réellement à la beauté. Elle est très-difficile, pour ne pas dire impossible à guérir. On peut tout au plus espérer la diminuer par l'usage de quelques lotions astringentes et l'emploi à l'intérieur des moyens capables de diminuer la tendance à la congestion du visage.

Quant à la tache rouge dont je viens de parler, et que j'ai rencontrée si souvent à la nuque, à la limite de la chevelure, il n'y a rien à y faire : heureusement, par le siége qu'elle occupe et par les cheveux qui la cachent en partie, c'est une incommodité très-légère, sans importance, et qui le plus souvent même est ignorée des personnes qui en sont atteintes.

Pour ces taches, qui sont seulement le résultat d'une altération dans la production pigmentaire, il n'y a aucun moyen utile à leur opposer. On a proposé la cautérisation ; mais ce serait à la condition de remplacer la coloration par une cicatrice indélébile, qui constituerait une difformité au moins aussi grande que celle qui résulte des nævi. Si elles sont petites, on peut les masquer momentanément en les couvrant avec une couche très-légère de cold-cream que l'on saupoudre avec l'amidon sec, ou avec une poudre colorée.

La peau est quelquefois atteinte plus profondément ; et, pour continuer l'examen des taches de naissance, au lieu de nævi, consistant, comme nous venons de le dire, dans des taches plus ou moins étendues, mais toujours superficielles et purement pigmentaires, elle est affligée par des taches ou des tumeurs, congénitales aussi, ou apparaissant dans les premiers jours de la vie, et ne consistant pas seulement dans une altération du pigment, mais qui sont sous la dépendance du système capillaire, artériel ou veineux. Ce sont les *nævi vasculaires*, à l'état de *taches sanguines*, dites souvent de vin, se montrant sur tous les points de la surface du corps, mais de préférence au cou, au visage et sur les membres. Ils sont aussi snperficiels et leur colo-

ration est excessivement variable. Ils sont quelquefois très-étendus. Leur coloration rougeâtre, qui disparaît au moins en partie momentanément sous la pression du doigt, semble augmenter ou diminuer d'intensité sous l'influence d'un grand nombre de causes qui augmentent ou diminuent aussi la circulation capillaire.

Les nævi vasculaires saillants sont petits, quelquefois rosés, rougeâtres, d'autres fois plus foncés, tout à fait noirs. Ils peuvent prendre aussi une foule de formes et de colorations différentes, qui ont servi de prétexte aux comparaisons sans nombre que l'on a été tenté de faire à propos de leur origine (surtout en rappelant des objets usuels, et principalement les fruits : groseilles, framboises, cerises, etc.).

Pour les taches, on a proposé l'application de vésicatoires, sur la tache elle-même ; des frictions irritantes, des caustiques, la vaccination ; le plus souvent il vaut mieux n'y rien faire.

Pour les nævi vasculaires, la cosmétique y peut moins encore ; ils réclament l'intervention de la chirurgie. On a proposé pour les détruire la compression, la ligature du tronc artériel, la cautérisation, l'excision, l'acuponcture, etc.

En général, surtout quand la tumeur est d'un petit volume, chez les enfants par exemple, on les

détruit avec succès à l'aide de l'application de la pâte de Vienne.

Nous avons vu que les mains étaient souvent affligées de petites tumeurs, qui constituaient moins une maladie qu'une difformité de la peau : de *verrues*. Ce sont des hypertrophies cutanées, caractérisées par des éminences d'une à deux lignes de saillie, sans changement de couleur, rudes, raboteuses, insensibles. Elles peuvent se présenter sur tous les points de la surface cutanée. Elles sont surtout fréquentes au visage et au cou.

On sait que le nom de Cicéron, que portait le plus grand orateur de Rome, était un surnom, qui venait d'un ancêtre qui avait eu sur le nez une verrue de la forme d'une graine légumineuse, le pois chiche, que les Romains nommaient *cicer arietinum*.

Elles n'ont pas d'ailleurs partout la même forme et les mêmes caractères; ainsi celles du visage ne sont pas les mêmes que nous avons vues déjà en parlant des mains : elles sont petites, plates, comme de petites papules, grisâtres, très-nombreuses; on les prendrait pour une éruption papuleuse. Je les ai toujours vues disparaître sous l'influence de l'acide acétique pur; et ce qu'il y a de curieux, c'est qu'il m'a suffi souvent d'en toucher quelques-unes avec

cet acide pour voir les autres se flétrir et tomber. Sur le corps et notamment au cou, ce sont surtout de véritables excroissances végétatives, qui se terminent par une extrémité libre aussi grêle que la base. Quelquefois la verrue est *pendante*, renflée au sommet, et elle tient à la peau par un pédicule mince; ou bien, *filiforme*, elle ne présente pas de renflement à son sommet, et elle est attachée au cou ou aux autres parties, par un petit fil qui a quelquefois plusieurs lignes de longueur.

On les détruit facilement en les liant, ou en les coupant avec des ciseaux.

Dans quelques cas, les verrues charnues ou mollasses consistent dans de petites excroissances molles, sessiles, ordinairement de la couleur de la peau, dans quelques cas, rouges, quelquefois recouvertes de poils ou ayant la forme d'un bouquet de thym.

Enfin le dos et la partie postérieure de la poitrine sont fréquemment couverts d'une grande quantité de petites tumeurs aplaties, grises, molles, inégales, de la largeur d'une lentille, assez fortement adhérentes qui ressemblent à des verrues, mais qui ne sont que de petites plaques de matière sébacée desséchée. On les observe surtout chez les adultes et les vieillards, de préférence chez ceux qui portent depuis longtemps de la flanelle sur la peau.

En général, c'est une si légère incommodité, qu'il n'y a rien à y faire; cependant, si elles étaient trop nombreuses et partant très-désagréables, on pourrait les faire disparaître à l'aide de lotions alcalines (carbonate de soude de 2 à 4 grammes pour 250 grammes d'eau distillée), ou encore avec une lotion ammoniacale.

On promenait, il y a bien des années, dans plusieurs villes de l'Europe une jeune fille dont tout le corps était parsemé de petites touffes de poils de biche, et le dos couvert d'une quantité d'excroissances spongieuses, également garnies de poils.

La peau peut encore être altérée dans sa substance, et il en résulte des atteintes plus ou moins graves à la beauté.

J'ai déjà parlé de ces petits boutons qui se montrent presque exclusivement chez les jeunes filles à l'époque de la menstruation, et des jeunes gens à l'âge de la puberté (acné simplex), et qui affectent de préférence le visage, le front et les joues. Développés ordinairement au milieu de tous les attributs d'une santé parfaite, ils disparaissent le plus souvent d'eux-mêmes. Dans tous les cas, il n'y a à y opposer que quelques lotions aromatiques, quelques bains et quelques soins hygiéniques. (Voyez *Visage*, *Front*.)

Je me suis souvent bien trouvé de lotions avec :

Eau distillée de cerises noires. Emulsion de graines de citron.	de chaque 60 gr.

Ces boutons, quoique développés dans les mêmes conditions, sont quelquefois plus gros, plus durs. Ce sont de véritables petites tumeurs enchâssées dans l'épaisseur de la peau, souvent d'une couleur violacée. Ils occupent ordinairement les parties latérales du visage, et aussi le dos et la partie antérieure de la poitrine. Sans être plus graves, pour la santé, que les précédents, ils le sont beaucoup plus au point de vue de la beauté ; plus persistants, sujets à récidiver, ils laissent après eux des cicatrices, et entremêlés qu'ils sont de points noirs (tannes) plus ou moins développés, ils impriment à la peau un aspect tout à fait désagréable.

Ils réclament d'ailleurs les mêmes soins, en y ajoutant toutefois l'usage des bains alcalins, celui des bains de vapeur à l'étuve, les eaux thermales, sulfureuses (Cauterets, Bagnères-de-Luchon, Baréges), etc., ou sulfuro-salines (Saint-Gervais, Uriage et surtout Loëche).

La peau peut être affligée encore par d'autres boutons, appartenant toujours à l'acné, mais ayant cela de particulier qu'ils sont accompagnés d'une rou-

geur diffuse, qui devient permanente et prend une teinte de plus en plus prononcée. C'est surtout chez les femmes que cette pénible éruption apporte la plus cruelle atteinte à la beauté du visage.

Des lotions douces, quelquefois encore légèrement aromatiques, quelques moyens hygiéniques, suivis avec persévérance, suffisent quelquefois pour faire disparaître cette incommodité. Le plus souvent, cependant, il faut s'adresser à des moyens plus actifs, qui varient suivant la cause qui a produit ces boutons, et qui sont du domaine de la médecine. Je m'en suis d'ailleurs suffisamment occupé à propos du visage. (*Voyez* ce mot.)

On rencontre quelquefois sur la peau, au front, au cou, à la poitrine et, à la rigueur, sur tous les points de la surface du corps, des boutons très-curieux, de forme tout à fait particulière, véritables petites tumeurs, d'un volume variable, sessiles, pédiculées, semi-transparentes, le plus souvent ombiliquées, contenant une matière athéromateuse semblable à du lait que l'on fait jaillir par la pression. Ces boutons ont été connus depuis longtemps, et Tilésius (Leipzig, 1768) en a rapporté l'exemple le plus remarquable, chez un homme dont le corps en était littéralement couvert, et qu'il a décrit comme

une monstruosité de la peau (1). Ces boutons ont été parfaitement décrits par Bateman, mais ont été surtout très-bien étudiés dans ces derniers temps.

Quand ils sont peu nombreux, ce qui est le plus ordinaire, je les ai toujours vus disparaître assez facilement par des lotions ammoniacales (1 gramme d'ammoniaque liquide pour 125 ou 250 grammes d'eau de roses). On obtient encore de bons effets des bains alcalins, des lotions alcalines. Quelquefois on est obligé de toucher légèrement chaque petit bouton avec un crayon de pierre infernale. On comprend que les cas, même analogues à celui de Tilésius, constituent une véritable infirmité, à laquelle il n'y a rien à faire.

Enfin, la peau peut être affligée par d'autres boutons: par des boutons de toute espèce, dont quelques-uns sont encore inconnus, quant à leur nature. Je signalerai surtout certaines petites tumeurs qui ont été confondues longtemps avec celles dont je viens de parler sous le nom de *molluscum;* elles en diffèrent toutefois en ce sens qu'elles ne contiennent aucune matière dans leur intérieur; que ce sont de véritables *hypertrophies* à base large ou bien sessiles et pédonculées, de couleur et de formes différentes, le plus souvent, cependant, de la couleur de la peau.

[1] *Hist. path. Cutis turpiditatis singularis.* Leipzig, 1768.

Elles peuvent occuper tous les points de la surface du corps; mais, elles aussi, on les rencontre plus souvent à la face, au cou, à la partie postérieure du tronc.

Il faut les attaquer par des lotions stimulantes, styptiques, quelquefois par une cautérisation légère.

Solution de sulfate de cuivre.

Sulfate de cuivre.	1,00 gramme.
Camphre.	0,05 centigr.
Eau.	250 grammes.

Mêlez.

Pour toucher légèrement à l'aide d'un pinceau.

Rides. — Avec l'âge, les conditions de la beauté se perdent graduellement. La circulation capillaire est moins active, la sensibilité cutanée s'émousse, le tissu cellulaire s'affaisse, la peau n'est plus soutenue, elle se plisse et se couvre de sillons qu'on nomme *rides.*

Les outrages du temps, auxquels nous ne pouvons échapper, sont hâtés et favorisés d'ailleurs par des conditions individuelles. Le tempérament sanguin y serait moins disposé que le tempérament bilieux. En général, les personnes qui ont de l'embonpoint se rident tardivement. Serait-ce parce que en général l'obésité semble exclure l'influence des passions

et des émotions vives, qui au contraire sont fréquemment l'apanage des tempéraments bilieux, ce qui expliquerait ce dicton vulgaire : *Grosses gens, bonnes gens?*

Quoi qu'il en soit, la peau est souvent affligée de rides qui ne viennent pas toujours avec l'âge. Elles peuvent se présenter partout ; mais celles qui portent une plus grande atteinte à la beauté, ce sont celles qui affectent le visage, le cou, la poitrine et les mains. Aristote a dit que des rides précoces annonçaient des hommes mous, efféminés, timides : ce qui est loin d'être exact. Ce qu'il y a de certain, c'est qu'on les observe souvent dans l'âge adulte et même dans la jeunesse. Elles apparaissent fréquemment après des maladies graves, avec l'amaigrissement qui résulte de grossesses répétées, etc.

Mais elles sont souvent aussi le résultat de chagrins, d'excès, de travaux, de veilles prolongées, de longues contentions de l'esprit.

Il est en général aussi difficile de modifier les rides accidentelles que celles qui accompagnent la vieillesse ; cependant on peut voir disparaître celles qui sont le résultat des maladies graves, et toutes celles qui accompagnent un amaigrissement rapide et passager.

On a proposé toutefois, même pour les rides accidentelles, une foule de moyens : ainsi des frictions

avec l'huile d'amandes douces, de l'axonge fraîche, du beurre bien frais, des lotions aluminées, etc.

Sulfate d'alumine.	2	grammes.
Eau.	250	—

Laissez en contact, filtrez.

Pommade.

Essence de térébenthine.	10	grammes.
Mastic.	4	—
Beurre frais.	10	—

Mêlez. — Pour onctions.

Dans les temps les plus reculés, les femmes se sont servies de lotions avec le sublimé; la formule qui conviendrait mieux pour cet emploi serait la suivante :

Sublimé.	20	centigr.
Chlorhydrate d'ammoniaque. . .	20	—
Lait d'amandes un peu épais. . .	250	grammes.

F. S. A.

Mais si on ne peut les faire disparaître, on a cherché à les pallier à l'aide de divers moyens.

Depuis longtemps on a employé les fards. Ovide dit (dans l'*Art d'Aimer*) : *Vous empruntez à la céruse sa blancheur trompeuse.* Malgré les critiques dont ils ont été l'objet, malgré les accidents dont on a

averti qu'ils pouvaient être la cause, les fards préparés à la céruse (carbonate de plomb) sont encore trop souvent employés sous des noms différents : blanc d'argent, blanc de perle. On les préfère comme adhérant mieux à la peau, et cependant, outre les accidents plus ou moins graves qu'on leur a reprochés avec un peu d'exagération peut-être, ils ont au moins l'inconvénient d'altérer la peau davantage, de la flétrir, de la rendre plus ridée encore.

On a remplacé la céruse par un mélange de sous-nitrate de bismuth, de craie, de talc, etc., qui en poudre ou en pâte constitue les fards blancs, au moins inoffensifs. C'est en les colorant, soit avec le carmin, le bois du Brésil, l'indigo, etc., que l'on fait les fards rouges, bleus, etc.

Blanc de fard à base de talc.

Talc en poudre fine.	500	grammes.
Vinaigre.	1000	—

On met le talc avec le vinaigre dans un matras pendant quinze jours, en ayant soin de remuer de temps en temps ; on filtre, et on lave avec l'eau distillée, jusqu'à ce qu'elle soit sans saveur aucune.

On le broie alors avec un peu d'eau et 60 gram-

mes de blanc de baleine ; on place la pâte liquide dans des pots, et on fait sécher à l'abri de la poussière.

Rouge végétal.

Blanc de fard ci-dessus.	500	grammes.
Rouge de carthame.	15	—
Blanc de baleine.	60	—

Broyez le tout ensemble avec un peu d'eau distillée, faites sécher.

Ces fards sont sans danger aucun.

Il vaut tout autant et même il vaut beaucoup mieux employer tout simplement de l'amidon finement pulvérisé, et si l'on veut coloré légèrement, que l'on fait tomber à l'aide d'une petite houpe.

Quelques personnes, au lieu de saupoudrer la peau sèche, préfèrent l'enduire très-légèrement au préalable avec un corps gras et notamment avec le cold-cream.

Rien ne nuit plus assurément à la beauté de la peau que les cicatrices. Ces traces indélébiles d'anciennes blessures, et malheureusement plus ou moins apparentes, ne disparaissent jamais.

Cette longue persévérance des cicatrices est historique d'ailleurs. Elle était connue dès la plus haute

antiquité. On sait qu'Ulysse, méconnu des siens, après ses longs voyages et ses malheurs, ne fut reconnu de sa nourrice qu'au moyen d'une cicatrice qu'il portait aux environs du genou.

Les cicatrices sont d'ailleurs très-variables suivant la cause qui les a produites. Elles constituent une infirmité plus ou moins pénible, selon qu'elles sont plus ou moins étendues, et aussi suivant leur forme. Quelquefois unique, la cicatrice n'altère qu'une petite portion de la surface de la peau. D'autres fois multiples et d'un nombre considérable, comme après la variole, par exemple, elles affligent toute la surface cutanée, et lui impriment, dans certains points surtout, un aspect difforme. Dans quelques cas, d'une dimension considérable, elles affectent tout un membre, par exemple, comme après certaines brûlures. Quant à la forme, tantôt c'est une petite trace linéaire : celle-là a peu d'importance. Tantôt c'est une plaque plus ou moins large, comme gaufrée ; ou bien elle est superficielle ; ou résultant d'une grande perte de substance, elle est plus ou moins enfoncée. Dans quelques cas, au contraire, elle est saillante, elle a la forme d'une bride, d'une corde, etc. Quant à la couleur, elle est aussi très-variable, bien qu'elle tende presque toujours à se rapprocher de celle de la peau, avec laquelle elle finit avec le temps par

s'harmoniser. Quelques-unes finissent aussi par perdre avec le temps leur portion saillante et deviennent plus unies naturellement. Enfin, quand la cause qui a produit une cicatrice date de l'enfance et surtout quand elle est superficielle, à mesure qu'avec le développement de l'individu la peau se développe elle-même, et au bout d'un certain temps, la cicatrice n'a certainement pas disparu, mais a perdu une grande partie de sa difformité et n'est plus qu'une plaie plus ou moins large, où seulement on ne retrouve plus ni la couleur de la peau, ni le poli, ni son éclat. J'ai vu plusieurs cas de ce genre chez de jeunes enfants, chez de jeunes filles qui dans l'enfance avaient été atteintes d'affreuses brûlures au cou et à la poitrine, et chez lesquelles plus tard la cicatrice, comme je viens de le dire, avait perdu beaucoup des inconvénients qu'on redoutait.

Je n'ai pas à m'occuper, bien entendu, de ces cicatrices énormes, saillantes, etc., difformes, contre lesquelles l'art lui-même est impuissant. Mais malheureusement, même pour celles qui sont plus légères, moins difformes, non-seulement il est impossible d'y remédier, mais encore le plus souvent il est très-difficile d'en pallier l'incommodité. Pline nous apprend que la *mandragore* servait à effacer les cicatrices du visage, et, d'après Ovide, les

pavots étaient employés aux mêmes usages. Malheureusement, ces plantes ont perdu de nos jours cet heureux effet. Il en est des cicatrices comme des rides, et comme elles et plus encore que pour elles peut-être, on en est réduit à les accepter sagement, ou à les couvrir d'une couche qui les masque momentanément. Ce que je viens de dire à propos des fards et de la poudre leur est donc tout à fait applicable.

Crème contre les cicatrices.

Cire blanche.	4	grammes.
Blanc de baleine.	4	—

On fait fondre au bain-marie et on ajoute :

Eau de roses.	8	grammes.
Teinture de baume de tolu. . . .	2	—

Mêlez.
On étend sur le visage.

Autre.

Alcool.	15 grammes.
Blanc d'œuf.	

On mêle et on applique des compresses pendant la nuit.

On pourrait aussi se servir de certaines pâtes habilement faites avec de la poudre d'amidon, de l'huile, de la cochenille, etc. J'en ai vu qui imitaient parfaitement la couleur de la peau. La difficulté est de les fixer et de les empêcher de fondre

et de se détacher sous l'influence de la chaleur, de la sueur, etc. A cette occasion je me rappelle une dame polonaise, dont le nez avait été cautérisé à Vienne, et qui avait conservé à l'extrémité de cet organe une cicatrice affreuse formée par une multitude de petits trous, qui lui donnaient l'aspect d'une écumoire. Cette dame, fort jolie et fort gracieuse d'ailleurs, était, comme on le pense bien, désolée de cette difformité. Elle avait fini, avec une patience admirable, par se faire une pâte molle, dont les proportions étaient si habilement combinées qu'elle était exactement de la couleur de sa peau, et que, lorsqu'à l'aide d'un petit instrument analogue à un couteau de papier très-mince, elle avait rempli ces petits trous et recouvert le tout d'une couche dernière ; il y avait une telle harmonie entre la partie masquée et le reste de la partie environnante qu'il fallait le savoir ou être tout à fait proche pour reconnaître cet habile stratagème. Malheureusement ce ne pouvait pas être de longue durée : la chaleur, la transpiration, mille causes extérieures, au bout de quelque temps, venaient compromettre ce frêle maquillage. Aussi, comme elle s'en servait surtout quand elle voulait sortir, faire quelques visites, et comme son ouvrage ne restait pas intact au-delà de deux ou trois heures, elle était venue à Paris surtout pour qu'on lui indi-

quât un vernis qui pût le maintenir au moins pendant vingt-quatre heures dans son intégrité parfaite. A notre grand regret, nous n'avons pas pu le lui indiquer.

Pour certaines cicatrices, on pourrait essayer le tatouage, mais avec la précaution d'être bien sûr de la teinte de la substance employée, car on courrait le risque de produire une incommodité plus difforme encore.

Transpiration. — Odeur. — La peau, dans toute son étendue, exhale une vapeur qui tantôt échappe à nos sens (transpiration insensible), tantôt se montre sous la forme d'un liquide.

Visible ou insensible, la transpiration est une voie par laquelle se dégagent, sous forme liquide ou gazeuse, les matières dont il importe à l'économie de se débarrasser.

« Bien que la beauté, a dit Mercuriali, soit principalement constituée par des conditions physiques, destinées à flatter le sens de la vue, cependant, comme elle a pour caractère essentiel le charme des rapports sociaux et mondains, la mauvaise odeur exhalée par le corps humain doit, en altérant ces rapports, être considérée comme un vice de la beauté. »

La peau exhale quelquefois l'odeur particulière

des aliments et des boissons, comme lorsque l'on a mangé de l'ail, des truffes, etc.: témoin les lapins qui,

. . . . élevés dans Paris,
Sentaient encor le chou dont ils étaient nourris.

Indépendamment d'un fluide vaporeux, à l'aide duquel s'échappent les matières étrangères par toute la surface externe de la peau, il y a dans le produit de la transpiration une matière animale dont l'odeur exhalée par le corps prouve l'existence. Chaque individu a son odeur spéciale. Certaines races d'hommes en exhalent une caractéristique. Tels sont, par exemple, les nègres, malgré les soins de propreté. On a parlé de l'odeur repoussante de certains peuples des contrées polaires, des Samoïèdes, des Esquimaux, et, d'un autre côté, des habitants de la Terre de Feu.

On comprend à la rigueur que chez ces peuples, véritable produit de l'excrétion, l'odeur qu'ils exhalent tienne beaucoup de leur nourriture, qui est presque exclusivement composée de graisse, de poisson gâté.

Mais, comme je le disais, chaque individu a son odeur spéciale, et cette odeur, comme un raffinement de la passion, n'a pas échappé aux poëtes qui

ont chanté l'amour. Elle varie suivant l'âge, suivant le sexe, et aussi suivant certains états particuliers de l'économie, surtout chez les femmes, et, chose remarquable, elle peut être singulièrement influencée par des circonstances spéciales. Ainsi les émotions morales vives, les passions, la colère, font perdre à l'instant l'odeur qui caractérisait la santé habituelle.

Mais malheureusement, chez certains individus qui se trouvent dans des conditions hygiéniques parfaites, et malgré les soins de la propreté la plus minutieuse, cette odeur est quelquefois très-désagréable, surtout chez les personnes blondes, principalement chez celles qui ont les cheveux rouges, et même, chez ces dernières personnes, elle a une fétidité particulière et bien connue. Enfin, la mauvaise odeur augmente généralement en raison de l'augmentation de la sueur.

Bien que cette excrétion soit utile, et soit celle qui soulage le plus les individus forts et en bonne santé, les sueurs elles-mêmes deviennent une incommodité, quand elles sont trop abondantes, et elles le sont surtout chez les sujets chargés d'embonpoint.

La sueur est le plus souvent limpide. Je n'ai pas à m'occuper ici des sueurs bleues, rouges, noires dont parlent les auteurs de médecine. Nous avons

vu plus haut ce qu'il faut entendre par sueurs grasses.

Elles sont générales ou partielles. On a cité des sueurs qui occupaient un côté du corps, une joue, etc. Dans la plupart de ces cas singuliers, la sueur n'était que l'expression, qu'un accident d'une maladie méconnue. Ainsi j'ai vu plusieurs fois, par exemple, la joue laisser suinter un liquide transparent, et précisément dans les conditions qu'on a signalées pour cette sueur partielle, c'est-à-dire pendant le repas et sous l'influence surtout de la mastication ; mais ce n'était pas de la sueur, c'était de la salive. Il y avait eu là affection plus ou moins grave de la parotide, abcès, etc. Bien probablement, ce sont des cas de ce genre que le plus souvent on a pu prendre pour une sueur partielle de la joue. On a parlé aussi, surtout quand elles étaient périodiques, de sueurs qui n'étaient qu'un stade de fièvres intermittentes, qui disparaissaient par un traitement approprié, et notamment par l'administration du sulfate de quinine.

Mais en dehors de ces cas, et de quelques autres encore, analogues, dans lesquels la sueur est liée à un état maladif plus ou moins grave, il y a certaines régions où, en dehors de toute maladie, les sueurs peuvent être réellement partielles; ainsi le cuir chevelu, les aisselles, la paume des mains, les pieds,

la partie inférieure et postérieure du tronc : et même quand elles sont accompagnées d'une mauvaise odeur, c'est surtout dans ces régions particulières et principalement aux aisselles, que cette odeur est plus considérable.

La sueur peut aussi être habituelle et générale ; on sait qu'il y a beaucoup de personnes qui se plaignent de transpirer à l'occasion de la moindre marche, et de la plus légère fatigue. Mais elle est quelquefois si abondante et si continuelle qu'elle devient une véritable infirmité, des plus incommodes. J'en ai vu plusieurs exemples, et entre autres un bien remarquable chez un évêque, qui était bien un des hommes les plus instruits, un des causeurs les plus aimables. Cette incommodité, à la lettre, empoisonnait sa vie. Homme de travail, et en même temps très-actif, la moindre marche, la plus petite allocution, la causerie, ramenaient la sueur avec une abondance extrême. Voulait-il écrire, entreprendre quelques minutes un travail tant soit peu sérieux, il était en nage. A chaque instant, sous l'influence du plus léger changement de la température, cette excrétion se tarissait, et, comme on dit, il se sentait pris du cerveau. Mais comme il portait avec lui le contre-poison pour ainsi dire, peu de temps après la sueur revenait avec une abondante facilité. Il passait ainsi sa vie à s'enrhumer et à se *désenrhumer*.

Une foule de causes peuvent favoriser le développement de cette incommodité, et à plus forte raison la faciliter et l'augmenter. C'est souvent organiquement une disposition héréditaire. Elle est causée tout naturellement par la chaleur, les boissons chaudes, aromatiques. Il y a une exception très-curieuse et très-rare racontée par Dupont : l'observation d'une sueur copieuse qui était très-peu abondante l'été, et qui augmentait beaucoup en hiver. Dans tous les temps on a signalé le sommeil : — *Qui dormiunt magis sudant*, a dit Aristote. Enfin la sueur est souvent le résultat d'émotions morales. L'attente, la honte, la crainte, la terreur, la douleur, sont autant de causes puissantes qui peuvent la déterminer.

Si, au point de vue médical, il n'est pas facile de remédier aux excès de cette sécrétion, et si tous les moyens qu'on peut lui opposer doivent être employés avec la prudence la plus circonspecte, il en est presque de même, alors qu'au point de vue de l'incommodité, il ne s'agit que d'en pallier les inconvénients.

En général, il est plus facile de dire ce qu'il faut éviter : ainsi il faut s'abstenir de boissons chaudes, et d'un autre côté redouter les boissons glacées, au moins au moment de l'apogée de la sueur; elles ont produit des accidents mortels. Il faut attendre que

la peau soit calmée. J'en dirai autant des bains de rivière, dont l'action tonique peut cependant être favorable, mais dans lesquels il ne faut se mettre qu'avec une grande précaution, lorsque la peau est essuyée autant que possible, et que relativement elle est calme. On emploiera avec autant d'avantage des bains de baignoire à température peu élevée, tièdes, mais rendus un peu toniques par l'addition du sel marin, d'un peu d'hydro-sulfate de potasse, de quelques bouilloires d'une décoction de feuilles de chêne ou de noyer. Enfin le régime alimentaire doit être tonique, fortifiant, composé surtout de bouillon, de viandes rôties, de vin généreux, de café ; souvent même on peut avec avantage faire usage des vins et élixirs de quinquina. Joignez à cela des soins de propreté, les changements fréquents de linge, l'habitude de porter de la flanelle sur la peau, celle de ne se pas trop couvrir, et le soin d'éviter dans tous les cas un refroidissement brusque; et l'on aura à peu près tous les conseils que l'on puisse donner.

Pour les sueurs odorantes, et surtout quand elles sont partielles, indépendamment des soins dont nous venons de parler, il faut avoir recours à des lotions et à des ablutions fréquentes, aromatiques, tièdes. Il faut saupoudrer avec des mélanges pulvérulents parfumés.

Il faut, pour le dessous des bras, essuyer soir et matin avec un linge très-sec, ou une flanelle fine.

Pour combattre la mauvaise odeur des aisselles, il faut, le soir au moment du coucher, le matin au lever, et après tout exercice un peu violent, les laver avec l'eau de rose, l'eau de fleur de citron, le vin parfumé. L'usage de linge propre et parfumé, souvent renouvelé, est aussi très-utile.

On a conseillé depuis longtemps (Mercuriali), si ces moyens restaient insuffisants, d'apposer dans les aisselles un peu de musc ou d'ambre. Mais le plus souvent, comme on l'a dit d'ailleurs, c'est ajouter à une odeur désagréable une autre qui, pour beaucoup de personnes, ne l'est pas moins. Je pense que contrairement à l'opinion de Mercuriali, qui, pour répondre à cette objection, prétendait supprimer cet inconvénient en se servant de parfums à haute dose, je pense qu'on pourrait obtenir, au contraire, de bons résultats en choisissant des parfums qui, pour être moins diffusibles que le musc, seraient agréables pour tous, et surtout en les employant en petite quantité.

Pour les pieds, il est très-bon de les baigner de temps en temps, deux ou trois fois la semaine, et pendant une heure, dans une décoction de cendres ou de feuilles de laurier. On a proposé les feuilles

de cyprès, le dictame, ou même l'eau additionnée de térébenthine ou d'une grande quantité de vin odorant. Après le pédiluve, et après les avoir bien essuyés, on saupoudre les pieds avec un des mélanges dont j'ai parlé.

Enfin, ici plus que jamais, est-il utile d'observer une certaine sévérité dans le régime alimentaire, et d'en exclure presque complétement certaines substances, comme le poisson, le fromage, etc... J'ai plusieurs fois obtenu de bons résultats de l'administration à l'intérieur de la térébenthine, qui communique, comme on le sait, une odeur particulière de violette à certaines excrétions.

Lotion aromatique.

Essence de menthe. .	de chaque 2 grammes.
— de lavande. .	
— de romarin .	
— de citron. . .	
Alcool à 32°.	50 grammes.
Infusé de thym	1,000 —

Mêlez.

Poudre.

Cannelle	partie égale.
Semence de cardamome. . . .	
Amidon pulvérisé	

Mêlez.

Ce serait le cas d'employer les bains à l'hydrofère, petit appareil pulvérisateur qui a été préconisé dans ces derniers temps, fort ingénieux d'ailleurs; mais ces bains sont loin de pouvoir remplacer les bains liquides de baignoire, quand il s'agit de bains médicamentaux, et même de bains de propreté et d'hygiène. Mais ils seraient réellement utiles en permettant l'usage des bains parfumés, qui, pour avoir une action convenable, demandent une certaine quantité de parfums, qui les rendent d'un prix très-élevé, et par conséquent peu applicables. A l'aide de ce petit appareil, un litre de parfums, dit M. Reveil, suffirait pour le remplir d'une poussière humide, qui pourrait être un moyen très-efficace dans les conditions dont nous parlons. Ajoutons toutefois qu'à la rigueur, on peut, avec des agents plus simples, aromatiser les bains liquides, et que, sans être aussi raffinés que les vrais bains aux parfums, ils remplissent parfaitement le même but.

Bain aromatique.

Plantes aromatiques. . . . . . 1,000 grammes.
Eau bouillante . . . . 1,200 —
Faites infuser, passez; ajoutez à l'eau du bain :
Ou, Essence de savon . . . 125 à 250 grammes.
Ou, encore, Eau de Cologne, ou tout autre alcoolat.

§ II.

Obésité.

L'amas de la graisse, surtout dans le tissu cellulaire sous-cutané et dans les interstices des muscles sous-jacents, lorsqu'il est contenu dans certaines limites, ne peut qu'être favorable à la beauté. C'est une disposition qui lui est essentiellement contraire lorsqu'il est excessif. Il déforme le corps, gêne les mouvements, ainsi que les autres fonctions. L'obésité est le plus souvent universelle, et le corps peut acquérir un poids réellement énorme. Les annales de la science renferment sur ce sujet un grand nombre de cas des plus curieux. On trouve dans les *Transactions philosophiques* des exemples d'hommes qui pesaient 500, 584 livres. Franck cite une foule de cas de ce genre recueillis dans plusieurs auteurs, et notamment celui rapporté par Béclard d'un petit garçon de quatre ans et demi qui pesait 50 kilog., et celui de Tartra d'un nommé Lambert, âgé de quarante ans, qui mourut à Londres en 1809, et qui pesait 739 livres.

Quoi qu'il en soit, sous l'influence de l'obésité, le

corps devient mou, empâté, on ne découvre plus aucune saillie musculaire. On perd la liberté et la force de ses mouvements. Après le repas on éprouve un besoin extrême de dormir ou de se reposer. Le plus léger mouvement amène une transpiration abondante et détermine souvent un sentiment d'oppression pénible. Enfin le toucher perd de sa délicatesse. On devient apathique, et souvent il faut pour ainsi dire se faire une espèce de violence pour prendre encore une part, même morale, à la petite agitation de ce qui vous entoure.

L'obésité est quelquefois partielle, elle est commune chez les femmes ; chez les hommes, on l'observe surtout à l'abdomen.

Cette infirmité est souvent héréditaire. Quelquefois, si, non congénitale, elle commence peu de temps après la naissance, elle acquiert chez des enfants, encore tout jeunes, un développement considérable.

Liée fréquemment au tempérament lymphatique, elle n'attend qu'un concours de circonstances favorables pour se développer. Or ces circonstances sont : une vie sédentaire, des habitudes de mollesse, le défaut de mouvement et de lumière, un sommeil prolongé, l'inaction physique et morale.

Prosper Alpin a remarqué qu'en Égypte le régime des habitants, l'abus de certains plaisirs, l'u-

sage habituel des bains chauds, et la chaleur du climat, rendaient les hommes extrêmement replets. Toutefois on a généralement signalé l'influence des climats froids.

Lorry attribue une influence extrême aux émotions morales sur l'embonpoint, et, d'un autre côté, Franck cite l'histoire curieuse d'une obésité extraordinaire chez un enfant nouveau-né, par suite d'une émotion vive de la mère.

L'influence la plus réelle sur le développement de l'obésité, après la disposition naturelle et le tempérament lymphatique, est celle de l'alimentation. Ainsi on l'observe surtout chez les gros mangeurs, chez ceux qui ont habituellement une nourriture succulente. Ici c'est le cas de signaler encore, comme cause fréquente, certaines professions, celle de boucher, de charcutier, dans lesquelles les individus presque sans exception ont tous de l'embonpoint, et souvent un embonpoint exagéré.

D'un autre côté, pour certaines personnes, ce serait moins dans la quantité des aliments que dans leur qualité qu'il faudrait chercher l'origine de l'obésité. Ainsi le pain, le beurre, le lait, le sucre, la bière, les pommes de terre, les liqueurs spiritueuses, ont été accusés, avec raison, d'en favoriser le développement, sinon de la produire, surtout à une certaine époque de la vie.

L'usage des fruits récents du dattier, dit Swediaur (*Nov. Nosol.*, etc... Halle, 1812), qui forme avec une boisson miellée la seule nourriture des femmes qui occupent la partie de l'Afrique voisine du Sénégal, leur donne en peu de mois une obésité considérable.

Chez quelques peuples, l'excès d'embonpoint, au lieu d'enlaidir, est le type du beau. Il y est souvent lié au tempérament sanguin, et alors la beauté des formes est unie à l'éclat du coloris, en même temps que la santé paraît florissante. Cependant c'est au moins une grande incommodité, qui dans tous les temps a appelé l'attention des médecins, dont même on a exagéré les inconvénients pour la santé. Dans tous les cas, elle est loin de passer chez nous pour le type du beau.

On a vanté dans tous les temps une foule de moyens empiriques pour faire maigrir, et dont, bien étendu, il faut s'abstenir. Cependant il n'est pas impossible de diminuer cette incommodité, et même de la faire disparaître, surtout par l'observance sévère et persévérante de plusieurs conditions hygiéniques. Il faut rechercher un air chaud et sec, l'action du feu ou le rayonnement du soleil, s'imposer un coucher dur, un sommeil court, une vie active, la pratique des travaux intellectuels, des exercices du corps; le tout, bien entendu, propor-

tionné aux facultés des malades : ainsi l'escrime, la paume, les exercices gymnastiques, etc., sont généralement très-efficaces. Il faut surtout s'astreindre à un régime sévère, se contenter d'une nourriture peu abondante, prendre peu d'aliments féculents et sucrés, peu de pain, au contraire des boissons acidulées en grande quantité.

A ces moyens hygiéniques, on joindra avec avantage des frictions avec un corps rude, l'usage répété des laxatifs, des bains alcalins, des bains de mer, surtout des bains de vapeur aidés du massage.

J'ai obtenu plusieurs fois de très-bons effets de l'administration de l'iode à l'intérieur, et aussi d'une saison aux eaux de Kreusnach.

Depuis quelque temps on a vanté le traitement de Williams Banting, qui est parvenu à se guérir d'une obésité très-incommode et qui a publié les moyens dont il s'est servi. Agé de soixante-six ans, il pesait 202 livres; en moins de vingt jours il avait diminué de 46 livres. Voici d'ailleurs le traitement tel qu'il le rapporte lui-même :

« Afin d'être aussi clair que possible, je désire énumérer les aliments qu'il m'était permis de prendre, et il faudrait être bien difficile pour ne pas s'en contenter :

« A déjeuner, 4 à 5 onces de bœuf, de mouton, de rognons, de poisson grillé, de lard ou de viande

froide de toute sorte, à l'exception du porc frais; une grande tasse de thé, sans sucre ni lait, un petit biscuit ou une once de pain rôti.

« A dîner (en Angleterre, bon nombre de familles ont conservé l'habitude de dîner à une heure après midi), 5 ou 6 onces de poisson (pas de saumon) ou de viande (pas de porc frais), toute espèce de légumes (pas de pommes de terre); une once de pain grillé, le fruit d'une tarte, mais sans la pâtisserie, volaille, gibier, deux ou trois verres à vin de bon bordeaux, xérès ou madère : — le champagne, le vin de Porto ou la bière, défendus.

« Au thé ; 2 ou 3 onces de fruit, environ une once de pain rôti et une tasse de thé, sans sucre ni lait.

« Au souper; 3 ou 4 onces de viande ou de poisson, comme pour le dîner, avec un ou deux verres de bordeaux.

« Avant de se coucher, si on en sent le besoin, un verre de bordeaux ou de xérès. »

Tel est le traitement de M. Banting.

On comprend d'ailleurs qu'il soit modifiable suivant les habitudes, et un peu, suivant la force, la santé des individus. Ainsi ces quatre repas dont on a plaisanté, et qui sont le fait des coutumes anglaises, peuvent parfaitement être ramenés au nombre qui nous est habituel. Le point important, c'est leur

régularité et leur composition. Quant à être dangereux, comme on l'a dit, je ne le crois pas. Il est clair qu'il doit être suivi avec une sévérité plus ou moins rigoureuse, suivant la force et la tolérance des individus, et enfin qu'il faut l'employer avec discernement, et ne pas compromettre gravement la santé pour se débarrasser d'un excès d'embonpoint. J'ajouterai que j'ai vu plusieurs personnes à qui il avait parfaitement réussi, sans déterminer aucun accident.

M. Banting conseille de se faire peser avant de commencer le traitement, et de recommencer toutes les semaines, et comme renseignement il donne une table indiquant le poids qui doit généralement accompagner une certaine stature :

TAILLE.	POIDS.
5 pieds 1 pouce	120 livres (1).
5 — 2 —	126 —
5 — 3 —	133 —
5 — 4 —	136 —
5 — 5 —	142 —
5 — 6 —	145 —
5 — 7 —	148 —
5 — 8 —	155 —
5 — 9 —	162 —
5 — 10 —	169 —
5 — 11 —	174 —
6 — » —	178 —

(1) Mesure et poids anglais.

§ III.

Maigreur.

S'il y a beaucoup de personnes qui, étant ou se trouvant trop grasses, voudraient se faire maigrir, il y en a plus encore peut-être qui, étant maigres, voudraient engraisser. Cependant la maigreur n'est pas toujours, comme on l'a dit, l'indice d'une mauvaise constitution. Aussi, les femmes qui, charmantes d'ailleurs, se désolent d'être maigres et qui souvent font tant de choses inutiles, devraient bien se consoler en faveur de la finesse de leur taille, de la légèreté de leurs mouvements, de leur marche, et aussi de toutes les ressources qu'à la rigueur leur fournit la toilette.

La maigreur, le plus souvent générale, peut être partielle, ou mieux plus marquée à certaines régions, à la poitrine chez les femmes, aux jambes chez les hommes.

Je ne parle, bien entendu, que de la maigreur constitutionnelle ou accidentelle qui n'est pas le symptôme, l'expression d'une maladie plus ou moins grave.

Contrairement à l'obésité, la maigreur est plutôt le fait des tempéraments bilieux et nerveux. Chez les gens maigres, les saillies musculaires sont heurtées. Ils sont ordinairement vifs, allègres, agités, souvent agacés, excitables, quelquefois d'une susceptibilité extrême ; ils dorment peu ; ont souvent un grand appétit, et au milieu de tout cela, comme je viens de le dire, ils n'en jouissent pas moins d'une bonne santé.

Une fois admis les tempéraments qui y prédisposent, une foule de causes peuvent produire la maigreur : ainsi les climats chauds, les abstinences, l'irrégularité et l'insuffisance des repas, les travaux excessifs du corps, les fatigues, plus encore les travaux intellectuels, les veilles prolongées, la vie affairée, tempêtueuse, l'abus des plaisirs, l'allaitement excessif, les contentions de l'esprit. Lorry regardait les chagrins comme la cause principale qui empêchait la plupart des hommes d'engraisser. Les passions ont surtout une fâcheuse influence pour produire la maigreur. Les gens envieux, haineux, inquiets, tristes, ambitieux, sont rarement gras, comme le deviennent les personnes de *bonne pâte*, comme on dit, et qui s'accommodent de tout.

Enfin rien n'est plus capable de produire la maigreur, qu'un amour effréné et surtout la jalousie.

Cette dernière passion a été signalée dans tous les temps, même en dehors de l'amour. Ainsi Andry rappelle qu'elle existe souvent chez les enfants, où elle produit un amaigrissement souvent grave, et dont ordinairement la cause reste longtemps inconnue. On ne saurait l'éviter avec trop de soin, par une juste répartition de sollicitude et de caresses entre frères et sœurs. Il faut remédier le plus tôt possible à ce cruel défaut, aussitôt qu'il paraît, et on ne saurait croire qu'il peut affecter les enfants les plus petits, même à la mamelle. « J'ai vu, dit saint Augustin, un enfant jaloux ; il ne savait pas encore prononcer une seule parole, et, avec un visage pâle et des yeux irrités, il regardait déjà un autre enfant qui tétait avec lui (*Éd. des filles,* par Fénelon). »

Enfin, il est très-ordinaire de voir, chez des jeunes gens, un amaigrissement quelquefois assez considérable, ne reconnaissant aucune cause particulière autre qu'une disposition héréditaire, accompagnée d'une santé parfaite, et qui se dissipe ordinairement avec l'âge, souvent même pour faire place à un embonpoint très-prononcé.

Les moyens qu'on peut opposer à la maigreur consistent tout naturellement dans une vie régulière, une grande modération dans les plaisirs, un exercice modéré, des travaux bien réglés, jamais excessifs, le soin d'éviter autant que possible tout ce

qui peut exciter le système nerveux, de régler d'une manière raisonnable le temps du travail et celui du repos, et enfin de tâcher de conserver, au milieu des agitations de la vie, la tranquillité de l'âme et le contentement de l'esprit.

Enfin, on a recommandé toujours une alimentation abondante et succulente, et cependant on voit tous les jours des gens très-maigres avoir un très-grand appétit, manger abondamment et une nourriture animale et une nourriture végétale, sans jamais arriver à acquérir de l'embonpoint; ce qui veut dire qu'il faut surtout chercher les moyens d'en obtenir dans un régime bien entendu, une diète bien ordonnée, dans des repas réguliers, modérés, mais suffisants; dans l'usage combiné et de viandes, et de légumes, et d'aliments féculents, dans des boissons modérées aussi, consistant en vin et en bière. On a dit que le lait pris tous les matins contribuait à diminuer la maigreur.

Enfin, les individus maigres devront faire usage de bains fréquents, simples ou émollients.

CHAPITRE V.

RÉSUMÉ DE LA BEAUTÉ.

Nous avons examiné en détail les conditions qui contribuent à la beauté ; il me reste, comme résumé, à insister sur quelques considérations générales.

Interrogeons l'âme en présence de la beauté, dit Cousin ; n'est-ce pas un fait incontestable qu'en présence de certains objets, dans des circonstances fort diverses, nous portons ce jugement : Cet objet est beau ? C'est une opinion fort répandue chez nous, que le sentiment et l'idée du beau sont choses purement individuelles et arbitraires. Pour ceux qui parlent ainsi, *le beau* se confond avec *l'agréable*, mais toutes les choses agréables ne nous paraissent pas belles, et, parmi les choses agréables, celles qui le sont le plus ne sont pas les plus belles. Tandis que tous nos sens nous donnent des sensa-

tions agréables, deux seulement ont le privilége d'éveiller en nous l'idée de la beauté. — On n'a jamais dit : Voilà une belle saveur, une belle odeur. Le sentiment du beau est un sentiment spécial, comme l'idée du beau est une idée *sui generis*. L'idée du beau est l'idée du vrai manifesté sous une forme sensible. Le beau, a dit admirablement Platon, est la splendeur du vrai. La beauté physique est purement extérieure ; elle n'est belle que pour une intelligence qui la voit, qui la contemple. Le beau physique est un reflet du beau moral.

J'ai dû m'occuper plus particulièrement de la femme.

« Le *beau sexe*, dit Bernardin de Saint-Pierre, est surtout beau pour ceux qui n'ont que des yeux ; il l'est encore pour ceux qui ont un cœur. Il est le sexe générateur qui porte l'homme neuf mois dans son flanc, au péril de sa vie ; et le sexe nourricier qui l'allaite et le soigne dans l'enfance. Il est le sexe pieux qui le porte aux autels ; il est le sexe pacifique qui ne verse point le sang de ses semblables, le sexe consolateur qui prend soin des malades et qui les touche sans les blesser. » (Bernardin de Saint-Pierre, *Études de la nature*, vol. 2e.)

Si la femme a des caractères qui lui appartiennent essentiellement dans tous les climats, dans tous les rangs de la société, à toutes les époques de la

civilisation, il y en a d'autres, et ce sont surtout ceux qui touchent à la beauté, qui ont besoin d'être favorisés par les progrès de l'état social et à qui, à force de soins, la culture, si elle ne les fait pas éclore, permet au moins de se développer et de se perfectionner. Ainsi la délicatesse, la douceur, le pli des formes, la souplesse et la légèreté des mouvements, la grâce et la mollesse des attitudes, les heureux contours des reliefs, l'élasticité, la finesse de la peau, les traits séduisants du visage, ne pouvaient se développer dans les premiers âges de la vie sociale ; ils étaient flétris de naissance par les persécutions, l'esclavage, les exercices violents, l'exposition continuelle aux intempéries atmosphériques.

Cette beauté, dont les sauvages ne soupçonnaient pas l'existence, avait besoin, pour se développer, que l'art social améliorât la condition des femmes, et encore aujourd'hui, quelle différence n'apportent pas l'éducation et le perfectionnement des mœurs; que de charmes dont on n'aperçoit que les germes dans les rangs inférieurs de la société; combien de fois, par suite d'habitudes vicieuses, de travaux excessifs, sous la cruelle influence de la misère et de la débauche, les traits ont perdu leur finesse, l'attitude est devenue grossière, les agréments du visage se sont flétris ! — La beauté ne s'est pas développée, ou elle a fui.

Les femmes ont beaucoup plus que les hommes

de physionomie en mouvement; leurs sentiments étant plus mobiles, elles ont plus de mobilité dans les traits. Ajoutons toutefois que, même en dehors de cette mobilité de sentiment, il y a dans la délicatesse de leurs muscles, la souplesse de leur peau, les contours de leur visage, quelque chose qui les éloigne de ces traits fortement accentués et caractéristiques de l'homme. Aussi, en avançant en âge, en perdant un peu de la mollesse de leur embonpoint, de la fraîcheur délicate de leurs attraits fugitifs, elles gagnent en physionomie, en expression, ce qu'elles perdent en beauté : ce qui explique ce charme particulier que l'âge déjà mur, et même la vieillesse, je ne dirai pas laissent, mais impriment souvent au visage des femmes.

Moins jeune encor la beauté nous engage ;
L'art du maintien, les grâces du langage,
Les dons acquis, les charmes empruntés,
Donnent un lustre au couchant des beautés.
L'amour, fidèle à leurs flammes constantes,
Se glisse encor, sous des rides naissantes,
Et, pour régner jusqu'aux derniers instants,
Sème de fleurs les ruines du temps.

(Bernard, cité par Moreau de la Sarthe.)

Si l'on a toujours différé sur ce qu'était réellement la beauté, elle a été célébrée à peu d'excep-

tions près, dans tous les temps. Zeuxis, qui était prié de faire le portrait d'Hélène, qui passe pour une beauté achevée, contempla plusieurs belles personnes et en choisit ce qu'il trouva de plus remarquable. On en trouve le détail dans le livre de la *Louange et beauté des dames*, cité par *Jean Névisan* (*Sylvæ nuptiales*, livre II), qui exige trente choses pour une beauté parfaite. François Corniger les a mises en latin, et Brantôme les rapporte ainsi en français, dans ses mémoires (tom. I, contenant les vies des femmes galantes de son temps).

A l'exemple de Bayle, à l'article Hélène, je me contenterai d'en citer quelques-unes en laissant le reste de l'énigme à résoudre.

Trois choses blanches, la peau, les dents et les mains.
Trois noires, les yeux, les sourcils et les paupières.
Trois rouges, les lèvres, les joues et les ongles.
Trois longues, le corps, les cheveux et les mains.
Trois courtes, les dents, les oreilles et les pieds.
Trois larges, la poitrine, le front et l'entre-sourcil.
. . . .
. . . .
. . . .
. . . .

Parmi la multitude d'ouvrages qui ont été écrits en l'honneur des femmes à l'époque de la renais-

sance des lettres en Europe, un grand nombre sont naturellement consacrés à leurs charmes, à leur beauté. Il n'y a pas, quoi que l'on en ait dit, que les métaphysiciens, les moralistes, les philosophes, qui s'en soient occupés. Ils passent pour l'avoir fait en général d'une manière superficielle, quelquefois même avec prévention, négligence et partialité. Ce qui semble légitimer le reproche que Saint-Lambert leur suppose adressé par Ninon, dans ses entretiens avec Bernier (1) : « Les philosophes ne « nous ont pas sérieusement étudiées, et nous « avons été pour eux, comme pour nos amants, « l'objet d'un goût léger, plutôt que d'une occupa- « tion véritable. »

Mais l'histoire naturelle de la femme, l'analyse de la beauté, ont été l'objet d'une étude sérieuse de la part de plusieurs savants, de physiologistes, de plusieurs médecins (je ne parle ici que des temps modernes), en tête desquels il faut citer Thomas (2), et surtout Roussel (3), qui dans son traité a su en-

(1) Saint Lambert. *Œuvres philosophiques*, tome I. *Analyse de la femme.*

(2) *Essai sur le caractère, les mœurs et l'esprit des femmes dans les différents siècles*, par Thomas. Paris, an XII.

(3) *Système physique et moral de la femme.* Paris, 1813. (6e édition.)

richir des détails purement scientifiques, de la grâce, du sentiment, et des charmes du style.

Il faut citer surtout le gracieux ouvrage de Moreau de la Sarthe (1), à qui j'ai dû faire quelques emprunts, soit dans cet ouvrage même, soit dans ses notes sur le traité de Lavater.

Enfin, au point de vue de l'hygiène de la beauté, on ne saurait oublier le traité si savant et si bien fait d'Andry (2), livre remarquable par les nombreux préceptes pleins de sagesse qu'il contient, et qui sont encore les meilleurs à suivre aujourd'hui.

Cependant, si rares qu'ils soient, la beauté a trouvé quelques détracteurs, soit par une exagération presque criminelle du puritanisme, comme ces deux mères dont Andry parle dans son *Orthopédie*, soit par une exagération religieuse tout aussi insensée.

« Les parents ne sont pas tous comme cette bi-
« zarre mère, dit Andry, qui, voyant de très-belles
« dents à une jeune fille qu'elle avait, lui fit arra-
« cher les plus belles, de peur que la jeune fille n'en

(1) *Histoire naturelle de la femme*, suivi d'un *Traité d'hygiène*. Paris, 1803.

(2) *L'Orthopédie, ou l'art de prévenir et de corriger dans les enfants les difformités du corps*. Paris, 1741.

« tirât vanité, et que ce ne fût un obstacle à son sa-
« lut. (*Cours de Dionis.*)

« Ou cette autre mère aussi insensée qui, ayant « une fille extrêmement bien faite, l'exhortait sans « cesse à pencher la tête, à avancer le cou, à mar- « cher les pieds en dedans, lui disant pour raison « qu'il fallait éviter de plaire au monde. »

On lit dans René François (1) cette longue et curieuse diatribe contre la beauté, qu'à la rigueur on pourrait prendre pour un éloge déguisé : « Pourtant, « qu'est-ce que tout cela qu'on appelle beauté? « Deux lopins de verre cassé appelez des yeux, en- « châssés dans deux trous, couverts d'un petit cuir « volant, bordés de petits filets. Là-dessus une ar- « cade d'ébène, et des brins bien joliment arrangés « sans désordre. Une table d'ivoire un peu voûtée, « couverte d'une peau de satin, sans aucune ride; « un peu de neige sursemée d'écarlate qui fait les « joues ni trop enflées, ni trop avalées, ou pendan- « tes. Entre deux, descend un canal du cerveau et « l'esgout de la tête, qui mipartit le visage de « bonne grâce. De la chair toute sanglante fendue « en deux pour faire des lèvres. Je ne sais combien « d'osselets attachés à du sang caillé, et enracinés

(1) René François. Paris, 1657. *Essai des merveilles de la nature et des plus nobles artifices.* (13e édition.)

« dans les gencives. Un morceau de chair plat atta-
« ché là dedans, et mouvant pour briser l'air, et
« façonner quelque babil affecté. Le tout environné
« de crins et d'une grande perruque. N'y a-t-il pas
« de quoi faire tant de tintamarre?.... »

Quoi qu'il en soit, personne ne met en doute aujourd'hui qu'il soit permis d'avoir soin de la bonne grâce du corps et de la beauté, je dirai même que ce ne soit un devoir. Or faut-il répéter qu'il n'y a point de beauté sans la santé? Avant donc de penser à tout autre moyen, il faut soigner la santé dans ses plus petits dérangements.

Si elle est quelquefois l'objet d'un culte exagéré, il en est souvent de la beauté, comme de la santé elle-même : on n'y songe sérieusement, et on n'en connaît véritablement le prix, que quand elle est altérée. Mais, si la beauté ne peut exister réellement sans le concours des moyens qui conservent l'harmonie de nos organes et l'intégrité de nos fonctions, en dehors de l'homme malade, elle exige encore des soins particuliers, et c'est la cosmétique qui a pour objet cette culture. Je veux dire la cosmétique prise dans son acception générale, et qui, chargée d'entretenir ou de rétablir la beauté, a une importance qu'on ne saurait méconnaître, ne fût-ce qu'au point de vue des rapports sociaux et du charme

absolu que tout le monde éprouve à se trouver en contact avec ce qui est beau; la cosmétique, cet art que les anciens décoraient du nom de science (*scientia cosmetica*, Mercuriali) et qui tient à la médecine par des liens très-étroits, et notamment par les préceptes de l'hygiène.

DEUXIÈME PARTIE.

CHAPITRE PREMIER.

LA COSMÉTIQUE.

Hygiène. — Parfums. — Cosmétiques.

La cosmétique, dès l'antiquité, constitue tout un art, qui résulte de l'ensemble des pratiques employées pour la décoration humaine. Elle formait, chez les anciens, une branche de la médecine.

Tour à tour honorée et réprouvée, elle est arrivée jusqu'à nous au milieu d'abus incroyables et de critiques exagérées. Elle constitue, je le répète, un art qui demande précisément à être examiné sérieusement, pour en finir avec ses prétentions ridicules et aussi avec les attaques, il faut le dire, très-souvent injustes, dont elle a été l'objet.

Les Grecs, amis passionnés de la beauté, professaient une grande vénération pour ceux qui la cultivaient. Aspasie et Cléopâtre écrivirent un traité complet de cosmétique. Pline et Ovide nous ont transmis de nombreuses formules.

Les mœurs des dames romaines furent longtemps austères et graves, sous la république. Pendant plusieurs siècles, les habillements et la parure furent d'une grande décence et d'une grande simplicité. Il faut arriver jusqu'aux Césars, pour voir s'introduire l'usage de la soie et du lin.

Sous les empereurs, les femmes, a-t-on dit, parurent oublier que leurs habits devaient les couvrir. Les courtisanes avaient d'abord osé seules adopter les modes nouvelles. Toutes les femmes les imitèrent ensuite. Les progrès de la corruption sont les mêmes dans tous les temps.

Bientôt les dames romaines portèrent extrêmement loin l'art de la cosmétique; tous les détails de la toilette, la coiffure, la conservation des dents, la souplesse de la peau, etc., furent l'objet d'autant de soins particuliers. Le fard soutint leur coloris. Elles faisaient usage de cheveux étrangers, etc. Il y avait une sorte de masque destiné à garantir le teint onctueux, et que les femmes gardaient dans l'intérieur. « C'était, dit Juvénal, le visage domestique que l'on offrait au mari. »

Au milieu du luxe fastueux qui régnait sous les empereurs romains, la cosmétique était devenue une véritable industrie.

Sénèque reprochait aux dames romaines le temps qu'elles passaient, dans leurs espèces de laboratoires, à entretenir leur beauté de tous les raffinements du luxe et de l'élégance, et Clément d'Alexandrie assure que les femmes les plus élégantes passaient leur journée entre le peigne et le miroir.

A vrai dire, la cosmétique vient de partout, elle est née partout. Elle est née avec la femme, qui a toujours compris qu'elle devait charmer et plaire.

Malgré l'invasion des barbares et la domination des Francs sur la Gaule, le culte de la beauté ne perdit jamais son empire. On a vanté celle de Berthe, d'Angélique, les recettes de la fée Mélusine et de l'enchanteur Merlin. En conquérant l'Espagne, les Arabes y introduisirent l'usage de la parfumerie et des cosmétiques.

Plus tard, à l'époque du retour des Templiers, dans les cours d'amour, on discutait galanterie et beauté. Albert le Grand écrivit alors son fameux *Livre des secrets,* etc., livre qui fut traduit en français deux siècles après, et imprimé en 1440.

La Renaissance fut une glorieuse époque pour la cosmétique. Grâce aux secrets que lui avait donnés Paracelse, Diane de Poitiers conserva tous ses char-

mes jusqu'à un âge où, depuis longtemps, on a renoncé à plaire. On a dit que ce secret consistait dans un bain d'eau de pluie, tous les matins.

C'est à cette époque qu'eurent tant de succès les secrets et les raffinements de la cosmétique italienne, qui nous ont valu d'ailleurs plusieurs ouvrages remarquables, et, entre autres, celui de Marinello (1).

On sait quel affreux instrument la cosmétique devait devenir plus tard, dans les mains de la parfumerie italienne, importée par François Ier et Catherine de Médicis.

Négligée sous Henri IV, la cosmétique reparut à l'élégante cour de Louis XIII, avec tout son luxe et tout son éclat.

Louis XIV détestait les parfums, et la cosmétique, proscrite une seconde fois, disparut complétement de sa cour, pour se relever définitivement sous la régence; et l'on attribue à la cosmétique les charmes des femmes qui alors furent si belles, et qui conservèrent si longtems leur beauté. On sait la beauté presque séculaire de Ninon de Lenclos. C'est de cette époque que date le livre si curieux de Jean Liébaut.

Si elle tomba de nouveau dans une profusion

(1) *Gli ornamenti della donna, di Marinello.* Venezia, 1574.

exagérée, la cosmétique devint plus simple sous l'influence du gout délicat de Marie-Antoinette; et c'est dans ces conditions qu'elle s'est conservée jusqu'à nos jours, malgré les extravagances du Directoire.

Elle traversa la révolution de 1789, le Directoire et l'Empire, en empruntant aux exagérations passionnées de la première des dénominations bizarres (les habits à la guillotine, la pommade de Sanson, etc...), et en s'enrichissant de compositions nouvelles sous les autres, qui lui donnèrent un grand éclat. On vit revenir un instant les abus qui avaient existé à Rome et dans la Grèce : les dames firent renaître les bains parfumés; Mme Tallien, au sortir d'un bain de fraises et de framboises, se faisait doucement frictionner avec des éponges imbibées de lait et de parfums.

Toutefois, si le goût de la cosmétique s'est généralisé avec le bien-être et les habitudes du luxe, après avoir été poussés à l'excès, l'abus des parfums et des fards, les modes ridicules, ont à peu près disparu de la toilette des femmes. Débarrassées des coiffures à trois étages, des paniers et des mouches, elles ont cessé d'être les martyres de la mode, et ont pu redevenir, à leur volonté, fraîches et jolies impunément. Pourquoi faut-il, hélas! qu'elles cèdent quelquefois encore à ces retours vers l'exa-

génération, aux dépens de l'élégance et de la simplicité !

Quoi qu'il en soit, la cosmétique est arrivée à notre époque débarrassée de cette profusion de formules ridicules et indigestes, et, indépendamment de la place qu'elle a conservée dans le code de la toilette, elle a pris un rang sérieux et scientifique dans l'hygiène de la beauté.

« C'est presque une ineptie, a dit Celse, de prendre soin des verrues, des taches, des éphélides. Cependant on ne saurait empêcher les femmes de prendre soin de leur beauté. »

« L'art cosmétique, a dit J. Franck, consiste en grande partie dans les moyens de conserver et d'augmenter l'intégrité de la beauté, et, lorsque ces moyens s'accordent avec ce que la santé exige, la médecine prophylactique a des droits incontestables à s'en occuper. »

La *cosmétique*, considérée en effet dans toute l'étendue de son objet, c'est-à-dire comme culte de la beauté, est loin de se borner à des pratiques de parfumerie plus ou moins nombreuses, plus ou moins opportunes. Elle doit s'étendre et s'appliquer à une foule de règles *hygiéniques*, à qui elle demande les principaux moyens de la conserver, et de combattre les influences qui peuvent la détruire.

Les *cosmétiques* sont des moyens accessoires destinés le plus souvent à compléter le bagage de la beauté et à réparer les atteintes qu'elle a pu recevoir.

CHAPITRE II.

HYGIÈNE.

La première règle de l'hygiène est la propreté. De tout temps on a recommandé les ablutions. On en a fait même un précepte religieux. Moïse et Mahomet recommandent les ablutions d'eau froide, et, aujourd'hui encore, le bon musulman fait, par jour, cinq ablutions et cinq prières.

L'eau fraîche, l'eau pure, est le meilleur agent de la propreté. On a quelquefois besoin de seconder son action par l'additon du savon ou d'eau parfumée.

Pour le visage, il faut se servir d'eau froide; pour les mains et les pieds, d'eau chaude ou tiède. Les ablutions de toilette doivent être chaudes en hiver, fraîches, mais jamais froides, en été. Depuis plusieurs années, il s'est introduit chez nous l'usage des ablutions générales, tous les matins, au sortir

du lit, avec de l'eau de 8 à 12 degrés centigrades. Au point de vue de la conservation de la beauté de la peau, il vaut mieux de l'eau tiède.

Le meilleur procédé consiste à se placer nu et debout dans un large baquet vide, en bois ou en zinc, et à se faire frictionner tout le corps avec des éponges volumineuses et rudes, qu'on trempe dans un seau destiné à l'ablution, laquelle devient ainsi une espèce de friction humide.

On se sert aussi d'une espèce de guérite munie à la partie supérieure d'un réservoir, et, à l'aide d'une soupape qu'on lève soi-même en tirant un petit cordon, le corps est environné de toutes parts d'une pluie fine. On s'essuie rapidement, on s'habille, et l'on marche pendant un quart d'heure au moins.

Quel que soit le mode employé pour l'ablution, il y a une importance extrême à ce que la peau soit très-complétement essuyée.

Le bain est d'un usage naturel établi dès la plus haute antiquité. On le rencontre chez les sauvages les moins civilisés.

Les vêtements de laine que portaient les anciens ont rendu de tout temps la pratique des bains fréquente et nécessaire. Les anciens en faisaient un usage essentiellement hygiénique.

Les Perses et les Égyptiens sont les premiers peu-

ples chez lesquels on trouve les vestiges de cette ancienne coutume.

Les Romains ne bâtirent des bains que vers la fin de la République ; mais, sous le règne des empereurs, le luxe de ces établissements s'accrut à un tel point que, de nos jours, les thermes d'Auguste, d'Agrippa, de Caracalla, de Dioclétien, font encore l'admiration des voyageurs qui parcourent l'Italie ; et que l'on retrouve encore les traces de cette splendeur dans plusieurs établissements thermaux de France, d'Allemagne, et même en Algérie.

En général, le bain froid de 12 à 15 degrés est mauvais pour la peau. Le bain de propreté par excellence se prend entre 20 et 25 degrés Réaumur (entre 25 à 31 centigrades). La peau s'y ramollit, devient plus souple, et, quand on en sort, elle est lisse et douce au toucher. Tout naturellement, on obtient les mêmes effets du bain froid de rivière, mais à la condition que sa température soit de 18° à 22° centigrades.

Pour le bain, l'eau la plus douce est l'eau de pluie, et ensuite l'eau de rivière. On peut d'ailleurs charger l'eau artificiellement de plusieurs principes, suivant le but qu'on se propose ; ainsi on peut les rendre *émollients* pour adoucir la peau, favoriser ses mouvements, etc... Nous avons déjà

parlé des bains *savonneux* pour la propreté, *aromatiques* pour la toilette.

Le bain de vapeur a été de tout temps un plaisir luxueux chez les Égyptiens, les Turcs, les Persans, les Japonais. Chez les Indiens et les Turcs, les vapeurs contiennent les parfums les plus variés, les aromates et les eaux de senteur les plus suaves. On y joint les frictions avec des essences et des huiles odoriférantes, le massage exécuté par des mains habiles. Enfin le sorbet, le café, la fumée de tabac, sont le complément nécessaire de ce genre de passe-temps. (Ossian Henry (1).)

Chez nous, le bain russe se compose d'un bain de vapeur d'eau, à l'étuve, suivi d'affusions, de douches d'eau froide sur tout le corps, de frictions et d'une sudation que l'on obtient en se couchant sur un lit de repos, enveloppé d'une grande couverture de laine.

Pour la peau, il faut préférer, de beaucoup, le bain de vapeur simple, c'est-à-dire sans douches, à moins qu'elles ne soient données à l'eau tiède, sans frictions, sans sudation forcée. Il vaut mieux, au contraire, ne pas se coucher après le bain, laisser pen-

(1) *Essai sur l'emploi médical et hygiénique des bains.* Thèse. Paris, 1855.

dant quelques minutes la peau se calmer, puis s'habiller et marcher.

Quant à l'hydrothérapie, qui consiste dans l'emploi de l'eau froide de plusieurs façons différentes, avec ou sans sudation préalable, et qui consiste précisément à provoquer la sudation; au point de vue de la beauté, il faut s'en abstenir; elle est d'un très-mauvais usage pour la peau.

J'ai déjà parlé des bains à l'hydrofère; ils ne me semblent avoir qu'une seule application utile, comme je l'ai dit : c'est celle de donner réellement un bain parfumé.

A côté des bains d'eau, il y en a d'autres encore qui ont été vantés à bon droit comme calmants pour assouplir le corps, pour adoucir la peau, et que l'on considère comme un raffinement à la toilette des femmes. Je veux parler surtout du bain d'huile, de lait, général ou partiel, et aussi des bains de petit-lait.

Quant à certaines opérations, si nombreuses, qui, comme accessoires, accompagnent souvent les bains, je n'ai que quelques mots à en dire, au point de vue de l'hygiène de la beauté. Ainsi entre autres la coutume, qui remonte aux temps les plus reculés, de se faire oindre en sortant du bain avec de l'huile et des onguents parfumés, existe encore de nos jours; elle est surtout en usage chez les Orientaux. Les

Égyptiens, entre autres, se font verser sur la tête de l'écume de savon; ils se parfument les cheveux avec l'essence de rose; ils se font râper avec la ponce la peau endurcie des pieds. Ramenée à des proportions raisonnables, cette pratique peut être utile en effet pour assouplir la peau, en détruire la sécheresse.

En résumé le bain de vapeur d'eau simple, avec ou sans massage, et le bain liquide simple ou additionné convenablement, sont des agents parfaitement utiles et nécessaires à l'entretien de la peau; et de toutes les opérations qui suivent ou complètent les bains, la plus importante et la plus indispensable, je le répète, est celle qui consiste dans le séchage du corps.

Le jour est le temps du travail, la nuit est le temps du repos et de la réparation des forces.

Il est important, quand on peut arranger sa vie, et il faut s'efforcer de le faire, de régler son travail de manière à ce qu'il ne dépasse pas ses forces, et qu'il n'anticipe pas sur la dose légitime et indispensable de repos.

Il y a un inconvénient à faire du jour la nuit. Les personnes qui par état sont obligées de veiller, finissent par avoir les yeux fatigués, cernés, le teint pâle, blafard, etc. Il faut donc, surtout dans les travaux intellectuels, bien régler sa tâche autant

que possible. A plus forte raison ne faut-il pas abuser des bals, des fêtes nocturnes, sans parler des autres inconvénients qui résultent de la chaleur des salons et de l'air vicié qu'on y respire.

D'un autre côté, bien que l'on ait dit que le sommeil est la meilleure partie de notre vie, c'est une mauvaise habitude de trop dormir. Nous avons vu qu'entre autres inconvénients, elle avait celui de favoriser un embonpoint considérable.

Il est facile d'arriver à connaître la mesure raisonnable, mesure qui varie d'ailleurs suivant l'âge, le sexe, le tempérament.

J'en dirai autant des aliments. Je n'ai pas à parler ici de leur qualité, ayant eu d'ailleurs l'occasion déjà de signaler les inconvénients d'une nourriture particulière à certains peuples, etc. Je me contenterai de parler de ceux qui peuvent résulter des excès que l'on peut faire de certains d'entre eux, comme des boissons alcooliques, par exemple, dont la conséquence est analogue à celle des excès de travail, de veilles prolongées.

Il n'en est pas de même de la quantité, qui doit être proportionnée à l'âge, à l'exercice, etc. En général les hommes mangent trop, et notre manière de vivre composée surtout de deux forts repas est très-défectueuse. Elle le devient plus encore, par

l'irrégularité des repas, par les distances souvent très-inégales qui les séparent. La fièvre des affaires, jointe à celle des plaisirs, fait trop souvent qu'on s'occupe peu de l'heure du dîner ou du déjeuner pourvu que l'on ait fini.

Cependant la sobriété, c'est la santé; sans la santé, point de beauté.

S'il est ridicule, dans un but que l'on n'atteint pas, de s'astreindre à une alimentation insuffisante; il est raisonnable de ne pas donner toujours à son estomac tout ce qu'il demande. On a dit vrai en prétendant que l'on devrait toujours sortir de table en ayant encore faim.

Des repas bien réglés, le soin de ne rien prendre entre eux, une alimentation suffisante, mais jamais exagérée, un exercice modéré après le repas, surtout s'il a été un peu abondant, sont des règles simples dont on ne devrait jamais s'écarter.

Le souper, ce repas si favori de nos pères, devrait être universellement aboli. M. Beaugrand (1) rappelle à ce sujet un ancien dicton du quinzième siècle :

Lever à cinq, dîner à neuf,
Souper à cinq, coucher à neuf,
Fait vivre d'ans nonante et neuf.

(1) *Hygiène, ou l'art de conserver la santé.* Paris, 1855.

L'exercice musculaire est une condition de la santé et par conséquent de la beauté. Il entretient le corps dans une certaine énergie, favorise la circulation, et contribue en un mot au développement physique, au perfectionnement des formes.

Cette activité toutefois doit être contenue dans les bornes de la modération.

Les exercices sont passifs, et consistent dans des mouvements communiqués; ou bien actifs, et alors de beaucoup préférables pour le développement de la grâce, de la légèreté.

Ainsi l'*escrime* favorise le développement de la poitrine et donne aux attitudes de l'homme de l'assurance et une gracieuse fierté.

La *natation*, qui exige des mouvements réguliers, facilite l'ampliation de la poitrine.

La *danse*, cet exercice en quelque sorte naturel à l'homme, dont les traditions se retrouvent dans l'antiquité et que l'on rencontre chez les peuples les plus sauvages, développe l'agilité, détruit la roideur des mouvements, aide le développement physique. Je veux parler, bien entendu, de la danse comme on la pratiquait il y a trente ans, et non pas de ce piétinement plus ou moins cadencé, au milieu d'une foule plus ou moins pressée, dans laquelle il est impossible de retrouver cette heureuse combinaison d'aptitude qui, sous la puissance du rhythme, cons-

titue la bonté de cet exercice. Je veux parler surtout de la danse en plein air ; car le bal proprement dit, dans des salons souvent trop petits, au milieu d'une atmosphère trop chaude et impure, et avec les costumes actuels, est certainement un des oublis les plus pernicieux de l'hygiène.

Il n'y a pas jusqu'à certains jeux, le *volant* même, en jouant alternativement des deux mains, qui, en étant un délassement très-utile pour les personnes sédentaires et en particulier pour les femmes, ne soient un moyen agréable de détruire la roideur, de faciliter la grâce des mouvements.

L'utilité de l'exercice est d'ailleurs reconnue si généralement, qu'on a créé pour ainsi dire *un art gymnastique*.

La *gymnastique* est une des trois branches distinctes que comprenait l'éducation de la jeunesse, dans l'ancienne Grèce, et celle à laquelle, à beaucoup près, on attachait le plus d'importance.

Les Grecs doivent à cette passion pour la gymnastique cette perfection de forme, ces admirables proportions qui les distinguent des autres peuples.

La gymnastique est l'art des exercices du corps. Ces exercices, tels que les avait institués le colonel Amoros, le fondateur de la gymnastique en France, sont ex rêmement nombreux. Le choix en est souvent important pour le but qu'on veut atteindre,

mais en général ils sont très-salutaires au point de vue du développement physique, de la beauté.

Enfin, la *marche* est le plus simple et le plus naturel des exercices; même la promenade, cet exercice modéré, composé du mouvement alternatif des jambes et des pieds, par lequel on se transporte doucement, même par oisiveté, d'un lieu à un autre ; à plus forte raison, la marche proprement dite, la marche qui nécessite l'emploi de mouvements musculaires soutenus, qui accélère la circulation, qui détermine une bonne chaleur à la peau, une transpiration modérée, etc.

A défaut des exercices actifs, les mouvements communiqués, les exercices passifs sont encore fort utiles. Ainsi le balancement, la voiture et surtout l'équitation, qui semble réunir les deux avantages, qui est très-efficace contre l'embonpoint exagéré, et dans tous les cas est très-favorable au développement de la grâce et du maintien.

L'homme, dépourvu de moyens naturels de protection contre les intempéries de l'air, y supplée à l'aide de vêtements.

Les Grecs et les Romains avaient habituellement la tête découverte. Cette habitude a quelques inconvénients. Elle favorise la venue précoce des rides au front et aux yeux. La tête doit être couverte, au

moins quand on est dehors ; seulement on s'accorde généralement à regarder comme une bonne habitude de coucher la tête nue. Ce point est au moins discutable, et dans tous les cas je n'y vois aucun avantage pour la beauté.

Les enfants doivent être vêtus d'une manière appropriée au climat et aux saisons. C'est une déplorable habitude de laisser, chez nous, les enfants sortir à moitié nus, le col, la poitrine et les bras découverts. Rien n'est contraire à la beauté, comme le passage subit du froid au chaud, quand il se fait sentir sur la peau.

Les femmes ont ordinairement le col découvert ; c'est une bonne habitude. Cependant il est bon de le protéger souvent par un vêtement léger. Il n'en est pas de même de la poitrine que l'on expose trop fréquemment aux vicissitudes et aux injures de l'air. Chose remarquable, ce sont les dames anglaises qui passent pour les femmes les plus prudes de l'Europe ; et cependant, nulle part, la mode qui découvre les bras, les épaules, la poitrine, n'a fait autant de progrès qu'en Angleterre.

Le costume des femmes est le plus souvent contraire à l'hygiène. Les coiffures et les chapeaux sont devenus un ornement, le plus ordinairement fort laid, plutôt qu'un vêtement particulier. Une bonne chose cependant, c'est le voile, qui garantit le visage de

l'impression du froid pendant l'hiver, et pendant l'été, de la poussière, de la lumière trop vive et des rayons du soleil.

Les gants sont aussi très-bons, surtout les gants de peau, pour garantir les mains de l'action du froid, des impuretés de l'air. Ils conservent à la peau sa douceur et sa souplesse.

Depuis près d'un siècle, les médecins et les philosophes se sont occupés des avantages et des inconvénients des corsets. Buffon, Rousseau, ont déclaré une guerre légitime à ces corps baleinés qui déformaient et écrasaient la taille de nos grand'mères, et qui, Dieu merci, ont disparu aujourd'hui. Ils ont été remplacés par des corsets qui offrent beaucoup moins d'inconvénients.

Les dames grecques et romaines, contrairement à l'opinion de Rousseau, se serraient la taille avec un appareil de bandes dont ont plaisanté souvent les auteurs satiriques du temps. Cette coutume disparut au commencement du moyen âge. Vers le milieu de cette période, on vit se généraliser l'usage des corsets serrés, collant au corps. Ce n'est que vers le milieu du seizième siècle, sous Henri II, que s'établirent les corps baleinés, dans lesquels la poitrine était si douloureusent emprisonnée (Beaugrand, Paris, 1855).

Depuis la Révolution, le corset a subi de grandes

modifications. Il participe actuellement et du corsage juste des dames du moyen-âge, et des corps baleinés de Catherine de Médicis.

Mais, tel qu'il est, le corset n'est pas sans inconvénient quand il est trop serré, ou lorsqu'il est employé chez des personnes trop jeunes. Il déforme la taille en comprimant les côtes et la base de la poitrine dont il gêne le développement. Il déforme les seins; quelquefois même il efface les mamelons; mais il faut le dire, ces inconvénients et tant d'autres tiennent plutôt à l'abus qu'à l'usage intelligent du corset.

Un corset bien conditionné, dit M. Bouvier (1), doit être convenablement lacé. Sa pression, partout modérée, doit être surtout affaiblie vis-à-vis des organes les plus sensibles, les moins résistants. Sa laxité et son extensibilité doivent être telles qu'il ne mette obstacle ni au mouvement des côtes, etc..., ni à l'ampliation de l'estomac. Il doit être assez évasé du haut pour contenir les seins sans les comprimer; les épaulettes doivent être lâches et d'une substance douce et élastique (généralement aujourd'hui on les supprime entièrement). Les baleines et les ressorts d'acier destinés à conserver sa forme, à l'em-

(1) *Études historiques et médicales*, sur l'usage des corsets, 1853.

pêcher de remonter, *à faire corde*, doivent être assez nombreux, assez minces, assez flexibles, assez bien placés, pour ne faire sentir leur pression nulle part et ne point entraver les mouvements. Le busc doit être souple, léger, d'une courbure convenable, et mieux encore remplacé par deux baleines étroites, séparées par un tissu élastique. Enfin, le corset tout entier, embrassant la circonférence du bassin, doit trouver autour des hanches un point d'appui solide, suivre la concavité naturelle des flancs, sans être trop pincé à leur niveau, et marquer la taille sans la contrefaire, selon l'expression de Jean-Jacques Rousseau.

En général, on ne doit pas employer le corset chez les jeunes filles avant l'époque de la puberté, excepté chez les jeunes filles délicates dont on est obligé de soutenir la taille de bonne heure, et encore à cette époque n'est-il pas toujours nécessaire. Il ne l'est réellement que quand la croissance est faite depuis longtemps, quand la jeune fille est tout à fait formée.

Malgré les importantes réformes que le corset a subies de nos jours, malgré les nombreux avertissements sur les inconvénients qui peuvent résulter de son usage inintelligent, beaucoup de femmes le portent encore trop serré, et par contre, c'est au moment où l'habitude l'a rendu plus utile, que des

femmes, à l'âge du retour, attachant un moindre prix aux avantages extérieurs, renoncent à le porter et s'exposent, suivant la remarque de Portal, à des déviations incurables de la taille qui, précisément à cette époque, a besoin d'être soutenue.

La forme de la chaussure a varié dans tous les temps et chez tous les peuples, comme celle de toutes les autres parties du vêtement.

Les Hébreux ne portaient guère de chaussure qu'à la campagne. Les Romains avaient deux espèces principales de chaussures : la *sandale* et le *soulier* (calceus) qui couvrait la totalité du pied, à peu près comme le nôtre et s'attachait par devant. Les souliers des hommes étaient ordinairement noirs; la chaussure des femmes était généralement blanche; quelquefois rouge et ornée de broderies et de perles.

Henri IV, forcé de monter souvent à cheval, porta d'abord des bottes, et tous les capitaines comme lui.

Sous Louis XIII, suivant la mode espagnole, on porta des bottes justes au pied, mais hautes, larges, évasées, rétombant jusqu'à mi-jambe.

Sous Louis XVI et en 1789, on reprit les bottes qui avaient été abandonnées sous Louis XIV, au moins dans les réunions, les assemblées, les cérémonies.

Aujourd'hui, l'on porte généralement des bottes courtes sous le pantalon ou des bottines.

C'est aussi la chaussure que les dames conservent, soit en velours, soit en étoffes diverses. Cette chaussure est très-bonne, en effet, et bien préférable à ces petits souliers découverts, dont la mode semble vouloir revenir, surtout avec des talons, petits, et hauts.

Les bottines protégent le pied, s'opposent à son gonflement habituel, soutiennent bien le bas de la jambe et favorisent certainement l'attitude et la marche.

Indépendamment de l'utilité incontestable de la chaussure, depuis longtemps, au point de vue de la beauté, elle a été employée soit pour faire ressortir les belles formes, soit pour masquer les imperfections et les difformités ; malheureusement les chaussures oublient trop souvent qu'elles doivent être faites surtout en vue de maintenir le pied, de l'abriter du froid et de l'humidité, d'opposer un obstacle aux aspérités du sol. On est trop fréquemment occupé de rendre ou de faire paraître le pied le plus petit possible.

En général, la chaussure doit s'adapter complétement à la forme des pieds et des jambes, qui doivent se sentir à l'aise ; quant au choix du tissu, il varie nécessairement suivant les climats, les sai-

sons et la susceptibilité des individus. On se rappellera que les chaussures sont faites avant tout pour protéger les jambes et les pieds, et conserver la santé de ces parties.

J'ai déjà dit les inconvénients réels qui résultent pour la marche et l'attitude de l'usage de talons hauts.

Après avoir passé en revue succinctement ce qui touche à l'éducation physique, qu'il me soit permis en terminant de dire quelques mots de l'éducation proprement dite, de l'*institution morale* de l'homme, comme dit Montaigne.

L'homme instruit n'est pas toujours l'homme bien appris : la perfection de l'éducation, c'est l'instruction mêlée à la politesse ; c'est la culture de l'esprit jointe à la culture du caractère. L'usage, l'exemple, les mœurs, sont les meilleurs maîtres de l'éducation.

L'éducation commence au berceau ; c'est la femme qui est la première institutrice de l'homme; l'éducation la plus heureuse est celle qui conserve les traces de l'autorité douce et affectueuse de la femme; l'enfant grandit et se forme dans la famille, sous la douce et bienveillante autorité de sa mère. Les passions fougueuses se tempèrent, les mauvais penchants se corrigent, les douces qualités du ca-

ractère et du cœur se développent, et quand plus tard elle doit être remplacée par une autorité étrangère, quand cette douce tendresse est devenue insuffisante, peut-être, devant le développement des idées qui s'éveillent dans l'esprit de la jeunesse, cette pieuse influence doit la suivre toujours. C'est encore le moyen le plus puissant pour tempérer cette velléité précoce d'indépendance, et pour régulariser cette révélation nouvelle d'un monde inconnu.

C'est surtout à cet âge des impressions si malléables que l'exemple saisit le caractère et y jette des racines, souvent pour le reste de la vie.

L'éducation commune, a-t-on dit, est le prélude de la vie; l'enfant est destiné à vivre de la vie du monde, il faut le faire vivre dans le monde ; or, le monde des enfants, c'est le collége.

Mais le monde des enfants est-il bien, comme on le dit, celui au milieu duquel, homme, il est destiné à vivre? Assurément, non. Le monde des enfants est le monde de la franchise naïve, des idées naturelles, des instincts généreux; et quel que soit le nom dont on veut décorer ce changement, il faudra qu'il se dépouille au moins de l'exagération de ses sentiments, s'il veut tenir sa place dans l'autre. Dans le monde des enfants, les caractères réunis s'y trouvent dans toute leur pureté, et aussi dans toute

leur roideur; ils s'entre-choquent à chaque pas, et c'est sous ce rapport, sous le rapport du frottement individuel, si je puis dire ainsi, que le collége est indispensable, à son tour, au jeune âge et d'une utilité incontestable. Le naturel s'y dégrossit, les passions, si elles ne se brisent complétement à ce contact incessant et d'une résistance opiniâtre, au moins finissent par s'y émousser. Les idées généreuses, le sentiment de la justice, l'amour du pays, etc..., s'y développent et grandissent. Il y a même le plus souvent exubérance de beaux sentiments.

Mais, pour tempérer cette exubérance, pour tempérer, au point de vue de la société des hommes, cette action, individuellement si salutaire, du frottement, il faut autre chose. L'éducation commune est-elle réellement une préparation nécessaire, mais surtout efficace aux mœurs, aux devoirs et aux besoins moraux de la vie sociale? Je ne le crois pas. Si c'est là qu'on trouve le moyen de briser la vanité, l'orgueil, de stimuler la paresse, de tempérer la jalousie, la colère, ce n'est pas là que l'enfant trouvera le germe de ce charme si doux de la bienveillance

Ce n'est que par la raison, qui n'a pas encore acquis toute sa maturité, que l'enfant apprendra plus tard la part qu'il faut faire au monde, quels

sont les besoins mutuels de la société, et, indépendamment du bagage de loyauté et de droiture qu'il a rapporté de l'éducation commune, tout ce qu'il lui faut de condescendance pour vivre avec ses semblables.

Aussi l'éducation du collége doit-elle être tempérée par l'éducation de famille, par l'éducation naturelle ; dans tous les temps, et toujours, celle-ci doit être présente par son influence ; plus tard, avec sa raison et son cœur, l'enfant, devenu homme, prendra librement sa place dans la vie sociale, et il l'occupera d'autant plus dignement qu'il aura subi plus longtemps la douce et tendre influence de l'autorité maternelle, de l'éducation de famille.

J'ai eu l'occasion, plusieurs fois, dans le cours de ce petit livre de signaler l'influence de l'exemple, des mœurs de la vie intime, des impressions indélébiles que la première enfance reçoit du milieu dans lequel elle s'élève. Je ne saurais trop insister sur celle de l'imitation. Les mouvements et attitudes du corps éveillent des sentiments corrélatifs, et si de nos attitudes naissent nos instincts, a dit Gratiolet, on comprendra l'importance que chez les gens honnêtes on attache aux bonnes manières. Les bonnes manières sont les formes de la vertu, et celui qui dans l'enfance a contracté l'accent du bien ne parlera jamais facilement le langage du mal.

Malebranche raconte qu'une jeune servante, assistant un chirurgien qui pratiquait une saignée au pied de son maître, ressentit, au moment où la lancette piquait la peau, une douleur si aiguë à son propre pied qu'elle ne l'eût pas sentie davantage si l'on eût opéré sur elle-même.

La vue de la joie inspire l'idée de la joie, celle de la douleur oppresse le cœur, celle de la colère altère les traits, etc.

Enfin, comme on l'a dit, sous toutes les formes, à quelques exceptions près, quand plus tard on a à déplorer des imperfections plus ou moins regrettables, c'est le plus souvent que les parents ont manqué à l'enfance et à la jeunesse.

CHAPITRE III.

LES PARFUMS. — LES ODEURS.

Chez l'homme, l'odorat est un sens beaucoup moins parfait que chez la plupart des animaux, pour lesquels il est quelquefois le principal organe de l'instinct, les odeurs ne déterminant que des sensations passagères. Cependant l'odorat est pour lui une source abondante de plaisirs. On a dit que c'était le sens des sensations douces et délicates, celui des tendres souvenirs. C'est celui que le poëte de l'amour recommande de chercher à séduire dans l'objet d'une vive affection. « L'odorat est le sens de l'imagination, » ont dit Rousseau et Zimmerman. « Tout ce qui met les organes en mouvement sans les affecter produit une jouissance réelle, » dit Alibert. On a un attrait pour les odeurs agréables à peu près comme pour les sons mélodieux, les spectacles.

16

L'odorat ne sert donc pas seulement à notre conservation par sa liaison avec le goût, mais il contribue aux charmes de la vie.

Les odeurs ajoutent aux agréments de la beauté ; le soin que certaines femmes mettent à se parfumer est une preuve que les idées voluptueuses sont liées aux parfums des fleurs, des jardins, des ombrages odorants.

Fulcite me floribus, stipate me malis, quia amore langueo, s'écrie la jeune Sunamite à ses compagnes, dans le Cantique des cantiques.

« Entourez-moi de fleurs, car je meurs d'amour. »

Les poëtes leur attribuent la propriété de porter dans l'âme une douce ivresse.

Cependant, pour quelques personnes, toute odeur est désagréable, et l'on sait que le parfum des fleurs peut quelquefois avoir des effets dangereux. Aussi ne faut-il jamais séjourner longtemps, et à plus forte raison coucher dans une pièce non aérée, et contenant des fleurs.

Le maréchal de Richelieu toutefois vivait, dans ses dernières années, dans une atmosphère odorante que des soufflets lançaient dans son appartement; et, chose incroyable, il y a encore de nos jours des habitudes qui s'approchent beaucoup de cette exagération luxueuse. J'ai vu entre autres, à Paris, il y a quelques années, une dame qui passait la plus grande partie

de sa journée sur un sofa, au milieu des fleurs les plus odorantes, et qui couchait et vivait continuellement dans un appartement qui n'était qu'une serre des plus embaumées. Même après la plus courte visite, je ne sortais jamais de chez elle sans un mal de tête, avec mal de cœur, etc., et tous les symptômes d'un véritable empoisonnement. Quant à elle, elle a vécu impunément bien des années dans cette atmosphère; ce qui ne peut s'expliquer qu'en admettant que le sens de l'odorat finit par s'émousser complétement : ce que d'ailleurs on observe en petit, si je puis dire ainsi, chez les personnes qui par profession vivent au milieu des odeurs : mais alors pourquoi ce luxe de parfums dont elle n'avait pas la conscience?

Quoi qu'il en soit, il y a des impressionnabilités particulières très-nombreuses, tout à fait en dehors de la force et de la quantité des parfums. Il y a, à ce sujet, une foule d'exemples les plus bizarres : tel a une répulsion pour telle odeur, si grande qu'il en découvre la présence d'un atome à l'insu de toutes les personnes qui l'environnent, et en est souvent incommodé.

Sans parler des parfums très-odorants, comme le musc, par exemple, il y a des répulsions individuelles pour les odeurs quelquefois les plus douces, les odeurs les plus ordinaires, si je puis parler ainsi. Beaucoup de personnes sont désagréablement im-

pressionnées de l'odeur de la graine de lin, souvent même elle incommode. Orfila parle d'une dame chez laquelle l'odeur de la graine de lin déterminait de véritables accidents, la syncope, la tuméfaction de la face, etc.

Il faut ajouter que cette impressionnabilité est quelquefois un effet curieux de l'imagination. Certaines personnes, qui probablement n'aiment pas les odeurs, s'imaginent qu'elles leur sont nuisibles. On a plusieurs fois cité le cas rapporté par le docteur Thomas Capellini d'une dame qui ne pouvait, disait-elle, souffrir l'odeur de la rose, et qui se trouva mal en recevant la visite d'une de ses amies qui en portait une : et pourtant cette fatale fleur n'était qu'artificielle.

Les parfums, il est vrai, ont servi à déguiser et même à composer des poisons. Les anciens étaient raffinés dans l'art de tuer à l'ombre du mystère, et, au milieu des histoires absurdes que nous a laissées la tradition, il y a beaucoup de faits avérés.

Mais les odeurs agréables sont loin de produire toujours des effets funestes.

« Les odeurs, a dit Hippolyte Cloquet, semblent changer la nature des idées, vivifient la pensée. — Qui n'a plus d'une fois, comme J.-J. Rousseau, éprouvé un bien-être universel, une sorte de satisfaction physique et morale, en respirant l'air de la

campagne chargé des émanations des fleurs? Qui plus d'une fois aussi, lorsque le printemps exerce sa douce influence au milieu de l'atmosphère embaumée des bois, ne s'est pas plu à rappeler dans une heureuse et mélancolique contemplation l'image d'un ami qui n'existe plus, à se remémorer les faits glorieux du passé, ou à former pour l'avenir des projets de bonheur que l'ambition n'empoisonnait pas de ses déterminations mensongères? » (*Dict. des sciences médicales*, tom. XXXVII.)

On a donné aux parfums plusieurs origines (1).— Les temples des anciens, les premières églises, étaient toujours infectés d'émanations produites par les animaux qu'on y immolait, et les exhalaisons des cadavres qu'on y enterrait. — En brûlant des baumes et des résines sur l'autel des parfums, on a combattu l'odeur désagréable de l'autel des sacrifices. Moïse prescrivait avec soin le parfum qui devait remplir le tabernacle de ses aromes : — c'était un mélange réservé à Dieu.

On leur a donné encore une origine plus poétique, empruntée au lever du soleil, à ce moment où il semble rendre à la nature sa vie avec sa chaleur et sa lumière ; à ce moment où les fleurs, ouvrant leurs

(1) Claye. *Le Talisman de la beauté.* 3e édition. 1804.

corolles aux caresses du premier rayon, livrent les plus suaves parfums, doux et mystérieux travail de leur nuée. On a pensé que ce retour de l'aurore toujours répété et toujours saisissant a frappé l'imagination orientale, et a inspiré sans doute aux fondateurs des religions l'idée de mêler les parfums aux cérémonies du culte, et de les offrir à la Divinité avec la prière. (Claye.)

Les purifications, les onctions d'huiles, de parfums, les ablutions, formèrent la base du culte antique.

Chez les Chinois, les parfums sont mêlés partout à leur culte, à leurs usages domestiques, à leurs plaisirs. Quelle que soit leur origine, les parfums ont brûlé devant tous les dieux qu'a su se créer l'imagination humaine : ils les disposaient à écouter les vœux qu'on leur adressait dans les temples, où l'encens brûlait sans cesse.

La myrrhe et l'encens figurent parmi les présents que les Mages offrirent au Messie.

Moïse apprit des prêtres et des savants d'Égypte la science des parfums; la Bible et ses commentaires contiennent de nombreuses formules cosmétiques qui seraient encore de mise aujourd'hui.

Pendant longtemps, c'est sous la forme religieuse que furent déguisées les prescriptions hygiéniques.

La coutume de se servir de substances odorantes

est établie dans nos églises, et y était même autrefois plus en vigueur qu'aujourd'hui.

Au baptême de Clovis, on brûla des cierges odorants, et l'église de Rome, à peu près dans le même temps, faisait un si grand usage de parfums qu'elle avait en Syrie, et dans d'autres provinces de l'Orient, des terres qui étaient destinées uniquement à leur culture.

La parfumerie est née dans les belles contrées de l'Orient, et, pendant des siècles, tous ces végétaux si riches en parfums sont restés inconnus au reste du monde. (Réveil.)

Chez les Grecs, les gens riches avaient des cassolettes qui répandaient dans l'air des odeurs suaves pendant qu'ils étaient à table.

De la Grèce les parfums pénétrèrent à Rome, et, quoique la vente en fût d'abord rigoureusement prohibée, l'usage en devint chaque jour plus extravagant. Ils les employaient avec une folle profusion pour parfumer leurs bains, leurs chambres, leurs lits. Ils les prodiguaient dans les fêtes publiques. L'air était embaumé de leurs vapeurs lors de l'entrée de Pompée dans Naples, et lors de celle d'Antoine dans Alexandrie.

Plutarque raconte que, dans un souper qu'Othon donna à Néron, de tous côtés des tuyaux d'or et d'argent répandaient des essences de grand prix,

avec assez d'abondance pour mouiller les convives.

Lors des funérailles de sa femme Poppée, Néron fit brûler sur le bûcher plus d'encens que l'Arabie n'en produisit dans cette année.

En France, tour à tour, en honneur exagéré, ou repoussés, sans jamais disparaître complétement, les parfums jusque dans les temps les plus rapprochés subirent mille vicissitudes.

Toutefois, à partir de Marie-Antoinette, époque où le goût s'épura, et malgré un moment de nouvelles exagérations folles, ils conservèrent jusqu'à nos jours une importance réelle, et dans les cérémonies du culte, et dans les fêtes, et dans les usages particuliers.

Napoléon Ier aimait beaucoup les parfums; il s'aspergeait, dit-on, d'eau de Cologne tous les matins. — L'impératrice Joséphine aimait passionnément les fleurs.

Sans être, comme les anciens, aussi grands amateurs de jouissances, et sans rechercher comme eux les odeurs avec passion, on admet encore généralement cette maxime, que *la sensation est nécessaire à l'âme, comme l'exercice l'est au corps.*

CHAPITRE III.

LES COSMÉTIQUES.

Les cosmétiques comprennent toute substance destinée à entretenir la beauté et à réparer les atteintes qu'elle a pu recevoir. J'ai déjà donné plusieurs formules avec leur application spéciale. Mais les cosmétiques proprement dits sont si nombreux qu'il me reste à faire un choix parmi ceux que l'hygiène conseille, en indiquant seulement l'objet auquel on les destine, et sans m'occuper des cas où l'on doit préférer tel ou tel.

COSMÉTIQUES DE LA PEAU.

Cold-cream.

Huile d'amandes douces	150 grammes.
Blanc de baleine	35 —

Cire blanche	15 grammes.
Eau de roses.	30 —
Eau de Cologne.	8 —
Teinture de benjoin.	1 —

F. S. A.

Cold-cream à la rose.

Huile d'amandes	500 grammes.
Eau de roses.	500 —
Cire blanche.	28 —
Blanc de baleine	28 —
Essence de roses	88 centigr.

F. S. A.

Cold-cream à la violette.

Huile à la violette.	500 grammes.
Eau de violette.	500 —
Cire	28 —
Blanc de baleine	28 —
Essence d'amandes	V gouttes.

F. S. A.

Pommade de concombre.

Axonge au benjoin	3000 grammes
Blanc de baleine	1000 —
Essence de concombre.	500 —

F. S. A.

Crème des sultanes.

Huile de benjoin	30 grammes.
— de pavots.	8 —
Cire vierge.	4 —
Blanc de baleine	4 —
Fleurs de benjoin.	4 —
Extrait de fleurs d'oranger	1 gr. 50 c.
Amandes fines mondées	60 grammes.
Blanc de perles.	30 —
Talc de Venise	15 —
Baume du Pérou	12 centigr.
Essence de roses.	50 —

F. S. A.

Lait de rose.

Amandes douces mondées	30 grammes.
Eau de roses.	180 —
Alcool.	40 —
Savon de Windsor.	2 —
Cire blanche	2 —
Huile d'amandes douces	2 —
Essence de bergamote	2 —
— de lavande	50 centigr.
— de rose	25 —

F. S. A.

Pour laver le col et la poitrine, on l'étend de partie égale d'eau pure.

Lait de fleurs de sureau.

Eau de fleurs de sureau	1,13 litre.
Teinture de benjoin.	28 grammes.

Ajoutez l'eau doucement à la teinture.

Lotion à la glycérine (Dr STARTIN).

Eau de fleurs d'oranger	4,54 litres.
Glycérine	226 grammes.
Borax.	28 —

F. S. A.

Lotion cosmétique.

Eau distillée de cerises noires. . .	1000 grammes.
Savon amygdalin	12 —
Pommade aux concombres. . . .	90 —

Bien diviser le savon avec la pommade. Ajouter l'eau peu à peu.

Lotion de Gowland.

Amandes amères	90 grammes.
Eau.	500 —
Sublimé corrosif	8 centigra.
Sel ammoniac	1 gr. 8 cent.
Alcool.	15 grammes
Eau de laurier-cerise	15 —

F. S. A.

Lotion savonule au lait d'amandes.

Amandes non mondées.	125 grammes.
Eau de roses chargée	250 —
Sublimé corrosif	15 centigra.
Potasse carbonatée	60 —

F. S. A.

Eau cosmétique.

Amandes amères	500	grammes.
Eau	2	kilog.
Distillez et ajoutez :		
Vinaigre rosat	1	kilog.
Esprit de framboise	6	grammes.
Essence de miel	30	—
Essence de jasmin	45	—

Cosmétique de Siemerling.

Amandes douces mondées	30	grammes.
— amères —	15	—
Eau distillée de cerises	320	—
Faites une émulsion ; ajoutez :		
Bichlorure de mercure	3	centigra.
Teinture de benjoin	24	grammes.
Suc de citron	16	—

Mêlez.

Alcoolat ou eau sans pareille.

Alcool rectifié	3	kilogr.
Huile volatile de bergamote	10	grammes.
— de citron	15	—
— de cédrat	8	—
Alcool de romarin	250	—

Cosmétique odorant.

Eau de Hongrie.

Esprit de-vin-rectifié	4,54	litres.
Essence de romarin de Hongrie	56	grammes.

Essence d'écorce de citron	28 grammes.
— de mélisse	28 —
— de menthe	8 —
Esprit de roses	56 centilitr.
— de fleurs d'oranger. . . .	56 —

Mêlez.

Eau de Portugal.

Alcool rectifié	4,54 litres.
Huile essentielle d'écorces d'oranges	225 grammes.
Huile essentielle de zeste de citrons	56 —
— de bergamote . .	28 —
— d'essence de roses	7 centigr.

Mêlez.

Eau de lavande.

Huile de lavande anglaise	115 grammes.
Alcool rectifié	3,40 litres.
Eau de roses.	55 cent.

F. S. A.

Eau de Cologne (Doivault).

Alcool à 85°	1750 grammes.
Huile volatile de citron	30 —
— de cédrat	12 —
— de bergamote. . . .	23 —
— de lavande	6 —
Teinture de benjoin	45 —

Mêlez et filtrez après quelques heures de contact.

VINAIGRES AROMATIQUES POUR LA TOILETTE.

Vinaigre camphré.

Vinaigre	1250	grammes.
Camphre	30	—

Mêlez.

Vinaigre de concombres.

Concombres	45	grammes.
Vinaigre fort	1000	—

Faites macérer 25 jours ; filtrez.

Vinaigre framboisé.

Vinaigre très-fort	1000	grammes.
Framboises récentes ou mondées	1500	—

Faites macérer 15 jours; passez.

Vinaigre rosat.

Vinaigre fort	375	grammes.
Roses rouges	30	—

Faites macérer 8 jours ; filtrez.

Vinaigre virginal.

Vinaigre blanc
Benjoin pulvérisé } parties égales.

Faites macérer 8 jours et filtrez.

Quelques gouttes versées dans de l'eau la rendent laiteuse.

Vinaigre de Bully.

Eau	7000	grammes.
Alcool à 85°	3500	—
Essence de bergamote	30	—
— citron	30	—
— Portugal	12	—
— romarin	25	—
— lavande	4	—
Néroli	4	—
Alcool de mélisse	508	—

Mêlez, agitez, et, après 24 heures, ajoutez teinture de tolu, benjoin, storax, ou girofle, 60 grammes de chacun.

Agitez de nouveau.

Vinaigre distillé, 2 kilogr... filtrez.

Au bout de 12 heures, ajoutez : vinaigre radical, 90 grammes.

(Brevet expiré.)

Les vinaigres cosmétiques sont bons pour nettoyer parfaitement la peau, entretenir la fermeté des tissus, et doivent être proscrits, comme je l'ai dit déjà, de l'hygiène du visage et de la bouche.

Poudre pour les parties froissées.

Lycopode en poudre	30	grammes.
Oxyde de zinc	15	—

Mêlez.

Pour saupoudrer, à l'aide d'une houppe, les par-

ties sujettes à être froissées par la marche, la chaleur, etc.

Blanc de perles (pour le théâtre).

Eau de roses ou de fleurs d'oranger	56 litres
Oxyde de bismuth.	113 grammes.

Triturez pendant longtemps et mélangez.

Rouges de toilette.

On fait des rouges de toilette de différentes nuances, en mêlant, en différentes proportions, du beau carmin à du talc pulvérisé dans la proportion de 1 à 2 grammes de carmin pour 50 à 100 grammes de talc.

COSMÉTIQUES DE LA CHEVELURE.

Crème à la moelle.

Panne épurée	125 grammes.
Huile d'amandes.	125 —
— de palma	8 —
Essence de girofle	20 centigr.
— de bergamote	4 grammes.
— de citron	10 —

F. S. A.

Pommade à la vanille.

Gousses de vanille	30 grammes.
Graisse	500 —

Faites macérer à une température de 25° centig. pendant trois ou quatre jours ; passez.

Cette pommade constitue, avec les pommades de Grasse et de Nice, la base des meilleurs cosmétiques pour la chevelure. (Piesse).

Pommade dite de graisse d'ours.

Huile à la rose	4	grammes.
— à la fleur d'oranger	4	—
— à la cassie	4	—
— à la tubéreuse	4	—
— au jasmin	4	—
Huile d'amandes	40	—
Axonge	80	—
Pommade à la cassie	15	—
Essence de bergamote	2	—
— de girofle	1	—

On fait fondre ensemble les graisses solides et les huiles au bain-marie, et l'on ajoute les essences.

Pommade philocome contre la calvitie.

Extrait de quinquina	2	grammes.
Huile d'amandes douces	8	—
Moelle de bœuf	24	—
Essence de bergamote	VI	gouttes.
Baume du Pérou	VIII	—

M. S. A.

Faire fondre au bain-marie. Pour onctions le soir.

Huile pour l'entretien de la chevelure.

Moelle de bœuf Huile d'amandes Huile de noisettes	de chaque parties égales.

Mèlez.

On fait fondre au bain-marie. On passe et on aromatise à volonté.

Huile des Célèbes.

Huile d'olives.	1000	grammes.
Cannelle	30	—
Santal citrin	45	—
Essence de Portugal.	4	—

Faites digérer la cannelle et le santal dans de l'huile. Passez. Ajoutez l'essence.

Huile de Macassar.

Huile de semence de tournesol exprimée à froid		96	grammes.
Graisse fluide d'oie		16	—
Storax liquide Huile d'œufs Essence de thym vraie Baume de cacao	de chaque.	8	—
Essence de néroli — de roses	de chaque.	4	—
Baume du Pérou noir.		60	centigra.

On laisse le tout s'éclaircir, puis reposer dans un endroit modérément chaud, et on conserve dans un lieu frais.

Son parfumé pour dégraisser les cheveux.

Son de froment parfaitement sec. . 1/2 kilog.
Poudre d'Iris . . . . 60 grammes.

Passez au tamis.

Il faut saupoudrer les cheveux le soir ; le lendemain on passe le peigne fin.

On peut en mettre aussi sous les aisselles en petits sachets bien plats.

Bandolines.

Pour faciliter certaines dispositions de la chevelure ; pour lustrer, et surtout pour maintenir les bandeaux, on se sert de cosmétiques appelés *fixateurs.*

Gomme adragante entière. . . . 6 grammes.
Eau. . . . . 2,20 —

Laissez en contact cinq ou six heures.

Passez à travers un linge, exprimez et et ajoutez :

Alcool. . . . . 90 grammes.
Eau de rose.. . . . . X gouttes.

On se sert aussi, dans ce cas, de mucilage de psyllium, et surtout de semences de coing, additionné d'un peu d'eau de Cologne.

Pommade contre l'alopécie (Dublanc).

Soufre précipité d'un sulfure et à
l'état d'hydrate. . . . . 4 grammes.

Moelle de bœuf préparée.	16 grammes.
Rhum à 18 à 19°.	10 —

Mêlez, et aromatisez au baume de tolu.

Pommade contre l'alopécie, de Schneider.

Suc de citrons	4 grammes.
Extrait de quinquina	8 —
Teinture de cantharides.	4 —
Huile de cédrat.	1 —
— bergamote.	5 centigr.
Moelle de bœuf.	60 grammes.

F. S. A.

Pour onctions au cuir chevelu, après avoir lavé avec l'eau de savon.

Pommade de Steige.

Baume de cacao.	40 grammes.
Quinine.	4 —
Huile d'olive.	20 —
Tannin	8 centig.
Alcoolat aromatique.	8 grammes.

F. S. A.

Pour onctions matin et soir.

Pommade de Dupuytren.

Moelle de bœuf.	250 grammes.
Acétate de plomb.	4 —
Baume du Pérou.	8 —
Alcool à 21°.	30 —
Teinture de cantharides.	1 —

Teinture de girofle.	75 centigr.
— de cannelle	75 —

F. S. A.

Gros comme une noisette, tous les soirs.

Pommade de Boucheron.

Savon médicinal	30 grammes.
Cendres de cuir.	30 —
Sel gemme	30 —
Tartre rouge.	30 —
Poudre à poudrer.	30 —
Sulfate de fer.	30 —
Sel ammoniac.	30 —
Coloquinte.	30 —
Cachou.	8 —

Pour une poudre fine.

Faites une pommade avec suffisante quantité d'axonge.

On enduit un bonnet de taffetas que l'on place sur la tête.

Pommade pour noircir les cheveux.

Azótate d'argent.	8 grammes.
Crème de tartre.	8 —
Ammoniaque.	15 —
Axonge.	15 —

F. S. A.

Une pommade qu'on applique à l'aide du peigne ou de la brosse.

Pour enlever les taches des doigts ou du front,

on humecte avec une solution d'iodure de potassium, et on achève de les faire disparaître avec un soluté d'hyposulfite de soude ou de chlore.

Eau de galle pour teindre en noir.

Huile de cire	100 grammes.
Noix de galle.	15 —

Faites bouillir jusqu'à ce que les noix crèvent.
Ajoutez.

Sel gris.	4 grammes.
Sel gemme	4 —
Cire blanche.	4 —
Girofle.	2 —
Alun pulvérisé.	6 —

Faites bouillir une seconde fois pendant cinq minutes.
Passez.

Teinture en blond.

Vin blanc.	1/2 litre.
Rhubarbe.	150 grammes.

Faites bouillir jusqu'à réduction de moitié.
Passez.
Imbibez les cheveux ; laissez sécher.

Autre pour teindre en blond.

Eau distillée de plantain.	100 grammes.
Nitrate d'argent.	10 —
Bismuth.	20 —
Acétate de fer.	10 —

Mêlez.

Humecter de cette eau les cheveux que l'on veut teindre après les avoir dégraissés.

Poudre pour teindre les cheveux.

Litharge	15	grammes.
Chaux éteinte	7	—
Craie	15	—

On réduit en bouillie avec de l'eau et on y plonge un pinceau avec lequel on frotte les cheveux par mèches.

Au bout de dix heures, on lave la tête.

Autre.

Litharge porphyrisée	250	grammes.
Chaux vive porphyrisée	125	—
Poudre à poudrer	60	—

F. S. A.

Une poudre homogène.

On fait une pâte molle avec quantité suffisante d'eau chaude. On applique cette pâte sur les cheveux, les favoris, en ayant soin d'atteindre jusqu'à la racine des poils. On recouvre le tout ; on laisse passer trois ou quatre heures, et mieux la nuit. On fait tomber la pâte à l'aide de l'eau de savon. (Dorvault.)

Teinture minérale.

Azotate d'argent	28	grammes
Eau de roses	55	centilitres.

Avant de se servir de cette eau, il faut laver la tête avec une solution alcaline de soude ou de potasse. On étend la teinture sur les cheveux bien secs avec une vieille brosse à dents.

Cette teinture ne prend qu'au bout de plusieurs heures.

Pâte dépilatoire (rusma des Turcs).

Sulfure jaune d'arsenic.	30 grammes.
Chaux vive.	360 —
Amidon en poudre.	300 —
Eau.	q. s.

On pulvérise à part les substances, sur le porphyre. On les mélange bien ; on conserve. Avec suffisante quantité d'eau, on fait une pâte molle qu'on applique sur la partie que l'on veut dénuder.

Rusma des Turcs. (F. Plater.)

Chaux vive.	30 grammes.
Orpiment.	10 —

Mêlez.

Délayez avec un blanc d'œuf et un peu de lessive des savonniers.

On étend les pâtes, sous forme de crème, sur les parties velues; pendant cinq minutes environ, ou jusqu'à ce que la peau commence à sentir son action. On enlève avec un couteau à papier, d'ivoire ;

on lave à grande eau, et on met un peu de cold-cream.

L'application du rusma est assez dangereuse, surtout à cause de la fréquente impureté des ingrédients qui la composent, et aussi à la suite d'un emploi malhabile.

Il faut lui préférer le dépilatoire de *Boudet.*

Chaux pulvérisée.	10	grammes.
Sulphydrate de soude.	3	—
Amidon.	10	—

Délayez dans un peu d'eau : appliquez sur les parties que l'on veut épiler. Laissez vingt ou trente minutes, et mieux le dépilatoire de *Bœttger* et *Martens.*

C'est un lait de chaux épais, que l'on sursature de gaz acide hydro-sulfurique. On obtient une bouillie d'une couleur vert-bleuâtre.

Pour s'en servir, on recouvre d'une couche de un à deux millimètres d'épaisseur la partie velue que l'on veut dépiler. Au bout de huit à dix minutes, la masse est devenue solide; on l'enlève, et on lave avec de l'eau froide ou chaude, et la peau se troude dénudée (1).

(1) Ce dépilatoire est préférable au rusma, d'autant plus que, d'après M. Bouchardat, ce serait au sulfure sulfuré de calcium, qui se forme par la réaction, dans le rusma, qû'il faut attribuer son action dépilatoire, et non pas à l'arsénite de chaux. Or, c'est précisément le sulfure sulfuré de calcium qui est le composé dépilatoire de Bœttger et Martens.

COSMÉTIQUES DE LA BOUCHE.

Poudre dentifrice de Regnard.

Magnésie calcinée.	15 grammes.
Sulfate de quinine.	50 centigr.
Carmin.	q. s.
Essence de menthe	III gouttes.

Mêlez.

Poudre dentifrice de Toirac.

Carbonate de chaux.	4 grammes.
Magnésie.	8 —
Sucre.	4 —
Crême de tartre pulvérisé.	1,20
Essence de menthe.	1 goutte.

Mêlez.

Poudre dentifrice blanche anglaise.

Craie blanche.	300 grammes.
Camphre pulvérisé.	100 grammes.

Conservez en flacons bouchés.

Poudre dentifrice, dite corail au quinine.

Corail rouge porphyrisé.	30 grammes.
Laque carminée.	4 centig.
Sulfate de quinine.	2 —

Huile volatile de menthe. . . . . II gouttes.

Mêlez.

Pour faire une pâte très-fine.

Poudre dentifrice de Miahle.

Sucre de lait.	1000 grammes.
Laque carminée.	10 —
Tannin pur	15 —
Essence de menthe.	XX gouttes.
— d'anis.	XX —
— de fleurs d'oranger. . . .	X —

Mêlez.

Cette poudre est surtout très-bonne contre la couche noire des dents, après l'usage des ferrugineux.

Élixir pour les dents.

Alcool distillé de romarin.	250 grammes.
Racine de pyrèthre contuse.. . .	30 —

Faites macérer.

Filtrez.

On mêle cet élixir avec le double de son volume d'eau, pour rincer la bouche.

Élixir.

Alcool à 33°.	1000 grammes.
Kino vrai.	100 —
Racine de ratanhia..	100 —
Teinture au baume de tolu. . . .	2 —
— de benjoin.	2 —
Essence de menthe..	2 —

Essence de cannelle de Ceylan . .	2 grammes.	
— d'anis.	1	—

Mêlez.

Une cuillerée à café dans un demi-verre d'eau pour rincer la bouche, après s'être servi de la poudre.

La liste des eaux, élixirs, poudres, opiats, dentifrices, serait interminable, même de ceux que l'on peut employer de préférence.

COSMÉTIQUES POUR LA MAUVAISE HALEINE.

Eau dentifrice.

Eau-de-vie.	125 grammes.	
Eau de menthe	125	—
Chlorure de soude.	25	—

Mêlez.

Pastilles.

Café en poudre.	45 grammes.	
Charbon végétal.	15	—
Sucre en poudre.	15	—
Vanille.	15	—
Mucilage de gomme arabique. . .	q. s.	

Pour faire des pastilles de 1 gramme.

5 à 6 par jour.

COSMÉTIQUES POUR LES MAINS.

Poudre cosmétique.

Farine de marrons d'Inde	480	grammes.
Carbonate de potasse.	7	—
Amandes amères en poudre . . .	300	—
Iris.	30	—
Essence de bergamote.	4	—

Mêlez.

Pâte d'amandes.

Amandes mondées et pilées . . .	80	grammes.
Farine de riz.	15	—
Iris de Florence en poudre. . . .	15	—
Essence de lavande	12	centigr.
de girofle.	12	—
de Rhodes	12	—

Mêlez.

Pâte d'amandes pour les mains.

Amandes douces. . } — amères . } de chaque .	125	grammes.
Jus de citron.	60	—
Lait	30	—
Huile d'amandes douces.	90	—
Eau-de-vie à 19 ou 20°.	180	—

F. S. A.

Poudre pour les ongles.

La meilleure se compose d'*oxyde d'étain* pur, parfumé avec de l'essence de lavande, et coloré avec du carmin.

On l'applique en la frottant sur l'ongle, avec le doigt ou avec un polissoir recouvert de cuir. (PIESSE.)

COSMÉTIQUES DIVERS.

Essences pour mouchoir.

Essence royale.

Ambre gris	2 gr. 5 c.
Musc	1 gr. 2 c.
Civette	5 centigr.
Huile volatile de roses	2 —
— de cannelle	3 —
Huile de bois de Rhodes	2 —
— de fleurs d'oranger	2 —
Carbonate de potasse	6 —
Alcool à 90°	86 grammes.

Faites macérer 15 jours ; filtrez (GUIBOURT).

Extrait de patchouly.

Esprit-de-vin rectifié	4 l. 54 c.
Essence de patchouly	35 grammes.
— de rose	7 —

Mêlez.

Esprit de rose triple.

Alcool rectifié	4 l. 55 c.
Essence de roses	85 grammes.

Mêlez.
Pour le mouchoir.

Extrait de verveine.

Esprit-de-vin rectifié	56 litres.
Essence de verveine de l'Inde . .	5 grammes.
— d'écorces d'orange. . . .	56 —
— d'écorces de citron. . . .	14 —

Laissez ces substances ensemble pendant quelques heures ; filtrez.

Extrait d'ambre (PIESSE).

Esprit de rose triple.	28 centilitr.
Teinture d'ambre gris	56 —
Essence de musc	14 —
Extrait de vanille	56 grammes.

Mêlez.

Ce parfum a une odeur tellement persistante qu'un mouchoir qui en est imprégné en retient encore l'odeur après avoir été lavé.

Teinture de musc.

Musc en grains	7 grammes.
Alcool rectifié	1 litre.

Laissez reposer six mois, à une température douce; filtrez.

C'est de cet extrait qu'on se sert pour mêler dans les autres.

Sachets à odeur.

Sachet à la cassie.

Sommités de fleurs de cassie } parties égales.
Poudre d'iris }

Mêlez.

Sachet à l'héliotrope.

Iris en poudre	1000	grammes.
Feuilles de roses en poudre	500	—
Fèv. de tonka en poudre	250	—
Gousses de vanillon	125	—
Musc en grains	10	—
Essence d'amandes	V	gouttes.

Mêlez.

Passez dans un gros tamis.

C'est un des meilleurs sachets.

Savon de Naples.

Savon médicinal	15	grammes.
— animal	15	—
Baume de muscade	8	—
— de cacao	8	—
Eau de laurier-cerise	15	—

Essence de bergamote			2 grammes.
— de girofle			
— de néroli			
— de sassafras		de chaque	III gouttes.
— de laurier-cerise			
— de thym			

Ce savon se rapproche beaucoup du savon de Naples.

BAINS.

Bain de son.

Son.	1 à 2 kilog.
Eau.	q. s.

Faites bouillir et ajoutez à l'eau du bain.

Bain émollient.

Espèces émollientes	2000 grammes.
Graine de lin.	250 —
Eau.	5000 —

Faites bouillir et ajoutez au bain.

Les bains *aromatiques* se préparent avec l'infusion ou la décoction de plantes aromatiques. Autrefois on employait beaucoup les feuilles et la fleur de *lavande,* pour donner une odeur agréable à l'eau du bain : de là son nom générique de *lavandula.* (BURNET.)

D'autres fois, on ajoute à l'eau du bain, des savons, des teintures, des alcoolats.

Essence de savon.

Savon blanc	300	grammes.
Eau	500	—
Alcool à 56°	1000	—
Carbonate de potasse	15	—
Essence de bergamote	15	—

Dose, 125 à 250 grammes, ajoutés à l'eau du bain.

Le bain avec les sels de Pennès est un très-bon bain aromatique.

Bain cosmétique.

Vinaigre virginal . . . . 200 grammes.
Ajoutez à l'eau du bain.

Ce bain donne du ton à la peau, raffermit les chairs.

Bain de modestie.

Appelé ainsi parce que les femmes qui en faisaient usage pouvaient s'y confesser et recevoir des visites.

Amandes douces mondées	125	grammes.
Œnula campana	500	—
Pignons doux	500	—
Semences de lin	10	poignées.
Racine de guimauve.	30	grammes.
Oignons de lis.	30	—

Broyez toutes ces substances; faites une pâte que vous renfermez dans trois sachets, qui sont ensuite jetés dans l'eau du bain, et vidés par la compression.

Cette formule, très-composée, peut très-bien être remplacée par beaucoup de moyens plus simples, et notamment par une quantité de pâte d'amandes suffisante pour troubler la transparence de l'eau et lui donner l'apparence laiteuse.

FIN.

TABLE DES MATIÈRES.

PREMIÈRE PARTIE.

CHAPITRE PREMIER.

CHAPITRE DEUXIÈME.

CHAPITRE TROISIÈME.

CHAPITRE QUATRIÈME.

CHAPITRE CINQUIÈME.

DEUXIÈME PARTIE.

CHAPITRE PREMIER.

CHAPITRE DEUXIÈME.

CHAPITRE TROISIÈME.

CHAPITRE QUATRIÈME.

FIN DE LA TABLE.

TABLE ALPHABÉTIQUE.



FIN DE LA TABLE ALPHABÉTIQUE.

Paris. — Imp. Ad. Lainé et J. Havard, rue des Saints-Pères, 19.

Paris. — Impr. de Ad. Lainé et J. Havard, rue des Saints-Pères, 19.

